Uniéndose a Siva

Satguru Sivaya Subramuniyaswami

Parte II: Viviendo en el ahora

19 – El amor de los dioses

Lunes : La Naturaleza de la Devoción

La devoción en Hinduismo, es conocida como bhakti. Es un mundo entero de conocimiento y práctica en sí mismo, que va desde el casi infantil maravillarse por lo desconocido y misterioso, hasta la profunda reverencia que viene con la comprensión de la conexión esotérica de los tres mundos. El Hinduismo ve a la existencia compuesta de tres mundos. El Primer Mundo es el universo físico, el Segundo Mundo es el plano de existencia astral sutil o mental en el cual viven los devas, o ángeles, y los espíritus, y el Tercer Mundo es la esfera espiritual de los Mahadevas, las Divinidades y los Dioses. El Hinduismo es el trabajo armonioso en unión de estos tres mundos. La religión florece para el Hindú cuando él despierta a la existencia de los Mundos Segundo y Tercero. Estos mundos interiores inspiran en forma natural en la persona, respuestas de amor, de devoción y hasta de sobrecogimiento. Ellos son así de maravillosos.

La devoción en Hinduismo, ocurre en muchos niveles, y en diferentes ciclos temporales en la evolución del alma. Todas las formas de devoción son igualmente válidas, y ninguna se clama a sí misma como la única forma apropiada de culto. Existe devoción a las Deidades tribales, a las escrituras, a los santos y al satguru. Pero la más predominante expresión de culto para el Hindú viene como la devoción a Dios y a los Dioses. Sin embargo, todos los Hindúes creen en un Ser Supremo que domina todo el universo.

Los muchos Dioses se perciben como creaciones divinas de ese único Ser. Estos Dioses o Mahadevas son seres reales, capaces de pensamiento, y sentimiento más allá del limitado pensamiento y sentimiento de una persona encarnada. Así es que el Hinduismo tiene un Dios, pero tiene muchos Dioses. Existen solo unos pocos de

estos Dioses para los cuales se construyen templos y conducen pujas. Ganesa, Siva, Subramaniam, Vishnu y Sakti son las Deidades más prominentes en el Hinduismo contemporáneo. Por supuesto hay muchas otras para las cuales ciertos ritos o mantras se efectúan en ceremonias diarias, a menudo en el santuario del hogar. Estas incluyen a Brahma, Surya, Sarasvati, Lakshmi, Agni, Chandra, Ayyappan, Hanuman, Mariyamman y otras.

El Hindú, adopta tradicionalmente una Ishta Devata. Esta es una Deidad personal elegida entre los muchos Dioses del Hinduismo, a menudo de acuerdo con los antecedentes familiares del devoto o el sentimiento de proximidad hacia una de las formas divinas de manifestación. Es característica única y del amplio contenido del Hinduismo, que un devoto se encuentre venerando a Ganesa, mientras su amigo venera a Subramaniam o a Vishnu, y sin embargo ambos respetan la elección del otro y no siente ningún tipo de conflicto. La comprensión profunda y la aceptación universal son únicas del Hinduismo y se reflejan en esta facultad de acomodar diferentes formas de acceder al Divino, permitiendo distintos nombres y formas de Dios a ser veneradas uno al lado del otro, dentro de las paredes del mismo templo. También puede suceder que uno adopte una Deidad personal diferente a través de los años de acuerdo con el desarrollo espiritual de uno y de acuerdo a las necesidades internas.

Martes : Los Dioses son Realidades Vivientes

La religión Hindú nos da el don de tolerancia que permite diferentes estadios de culto, expresiones de devoción personales y diferentes e incluso diferentes Dioses para guiar nuestra vida en la Tierra. Y sin embargo es una religión única bajo una jerarquía divina singular que busca la acción armónica al unísono de los tres mundos. Estos seres inteligentes han evolucionado a través de períodos incalculables de tiempo y son capaces de ayudar a la humanidad sin necesitar vivir en un cuerpo físico. Estos grandes Mahadevas, con su multitud de angélicos devas, viven y trabajan constantemente y sin descanso, por las personas de nuestra religión, protegiéndolos y guiándolos, abriendo nuevas puertas y cerrando las que no se usan. Los Dioses venerados por los Hindúes, habitan en el Tercer Mundo, ayudados por los devas que habitan en el Segundo Mundo.

Es en el templo Hindú, donde los tres mundos se conectan y donde los devotos invocan a los Dioses de nuestra religión. El templo se construye como un palacio en el cual los Dioses residen. Es el hogar visible de los Dioses, un lugar sagrado a diferencia de cualquier otro lugar de la Tierra. El Hindú se debe asociar con estos Dioses de una manera muy sensible, cuando se acerca al templo.

A pesar que el devoto muy rara vez tiene una visión síquica de la Deidad, se da cuenta de la presencia divina de Dios. Se da cuenta a través de sentimiento, a través de sentir la presencia divina en el templo. A medida que se acerca al sanctum sanctorum, el Hindú sabe totalmente que un ser inteligente, más grandioso y más evolucionado que él, está allí. Este Dios está atento al devoto, protegiéndolo, conociendo totalmente sus pensamientos más internos, totalmente capaz de afrontar cualquier situación que el devoto pueda mentalmente llevar a Sus santos pies. Es importante que nos acerquemos a la Deidad de esta manera – conscientes y confiados de que nuestras necesidades son conocidas en los mundos espirituales interiores.

La representación física del Dios, ya sea una imagen de piedra o de metal, un yantra u otra forma sagrada, simplemente marca el lugar en el cual el Dios se manifestará o sobre el cual estará suspendido en Su cuerpo etéreo. Esto se puede imaginar como una antena que recibe los rayos divinos de Dios o como el cuerpo material en el cual o a través del cual el Dios se manifiesta en este Primer Mundo. El ser humano toma un cuerpo y luego otro en su progreso a través de los ciclos de nacimientos y muertes y vueltas a nacer. Similarmente, los Dioses en sus cuerpos sutiles, habitan, por períodos cortos o extendidos de tiempo, estas imágenes del templo. Cuando llevamos a cabo puja, un ritual religioso, estamos atrayendo la atención de los devas y Mahadevas de los mundos internos. Ese es el propósito del puja; es una forma de comunicación. Para aumentar esta comunicación, establecemos un altar en el templo y en el hogar. Este

se vuelve magnetizado o cargado a través de nuestros pensamientos y sentimientos de devoción, e irradian hacia fuera y afectan al ambiente que los rodea.

Miércoles : Comunicándonos Íntimamente con los Dioses

Cánticos y satsanga y ceremonias rituales, todos contribuyen a este proceso de santificación, creando una atmósfera a la cual los Dioses son atraídos, y en la cual se pueden manifestar. Con la palabra manifestar quiero significar realmente vivir y habitar allí, pueden quedarse por períodos de tiempo, siempre que la vibración se mantenga pura y sin perturbaciones. El altar adquiere un cierto poder. En nuestra religión existen altares en templos alrededor del mundo que son habitados por devas y por los grandes Dioses. Cuando tú entras a estos lugares sagrados, puedes sentir esa santidad. Tú puedes sentir la presencia de estos seres divinos, y esta radiación que emana de ellos es conocida como darshan. La realidad de los Mahadevas y de su darshan puede ser experimentada por el devoto a través de su visión ajna desarrollada, o más frecuentemente como la visión física de la imagen en el sanctum, acoplada con el conocimiento interno de que El está allí, dentro del microcosmos. Este darshan puede ser sentido por todos los devotos, haciéndose más fuerte y más definido a medida que la devoción es perfeccionada. A través del darshan, mensajes pueden ser canalizados a lo largo de emanaciones vibratorias que irradian los Mahadevas, al igual que de sus representantes, los devas del Segundo Mundo que trabajan para ellos en santuarios y altares.

Para comprender darshan, considera la diaria y sin embargo sutil comunicación del lenguaje. Tú escuchas los tonos de mi voz a través de un órgano de tus sentidos, tu oído. Significados vienen a tu mente, ya que tú has sido entrenado para traducir estas vibraciones en significados a través del conocimiento del lenguaje que estoy hablando. El darshan es también una vibración. Es experimentado inicialmente en la simple mirada a la forma de la Deidad en el sanctum. Posteriormente, la visión física da lugar a la visión clarividente o a un conocimiento refinado que es recibido a través de los ganglios de sensibilidad de tu sistema nervioso, los chakras. A través de estos receptores, se recibe un mensaje sutil, a menudo no conciente. Quizás no inmediatamente, pero el mensaje que el darshan porta, directo desde el Mahadeva – Directamente del Señor Ganesa, directamente del Señor Muruga, directamente del mismo Señor Siva – se manifiesta en nuestra vida. Esta es la forma en que los Dioses conversan. Es una comunicación más real que la comunicación del lenguaje que tú experimentas cada día. No es necesario comprender la comunicación inmediatamente. El devoto puede retirarse del templo sintiendo que no hubo mensaje en particular, o sin saber en su mente intelectual exactamente lo que el darshan quiso significar. Aún estas palabras que tú estás leyendo pueden no ser completamente comprendidas por días, semanas o hasta meses. La profundidad del significado se manifestará a si misma en la reflexión.

El visitar un templo Hindú, recibir el darshan de los majestuosos Dioses de nuestra religión, puede cambiar completamente la vida de un fiel. Modifica el flujo de pranas, o corrientes de vida, dentro del cuerpo. Lleva la toma de conciencia a los chakras de más profundidad. Regula las creencias y las actitudes que son la consecuencia natural de esas creencias. Pero el cambio es lento. La persona vive con la experiencia por meses y meses luego de la visita al templo. Comienza a conocer y a amar a la Deidad. La Deidad comienza a conocer y amar a la persona, ayudando y guiando la totalidad de sus pautas evolutivas. El darsham proveniente de los grandes templos de nuestros Dioses puede cambiar las pautas del karma que se remonta a muchas vidas pasadas, despejando y aclarando condiciones que fueron creadas hace cientos de años y que son semillas ahora, esperando ser manifestadas en el futuro. Por la gracia de los Dioses esas semillas pueden ser eliminadas, si su manifestación en el futuro no mejoraría la evolución del alma.

Jueves : El Significado del Culto a los Iconos

Los templos Hindú son nuevos en este extremo del planeta y el conocimiento de su naturaleza muy especial y completamente esotérica, es desconocido en Occidente. Uno de los primeros malentendidos que surge en el Occidente es la función y el propósito de la “imagen tallada.” La tradición Judeo-Cristiana amonesta firmemente la veneración de imágenes talladas – sin embargo, por supuesto, en Catolicismo, santos e imágenes, y entre los Ortodoxos las pinturas, son veneradas con gran reverencia. El Hindú no venera ídolos o imágenes talladas. El venera a Dios y a las grandes divinidades Mahadevas. La imagen es sólo eso, un ícono o representación o canal de una Deidad de un plano interno que habita en la estatua o que se halla suspendida sobre ella. La imagen física no es necesaria para que este proceso tenga lugar. El Dios llevará a cabo Su trabajo en el templo sin esa imagen, y en efecto, existen templos Hindú que no poseen imágenes en el sanctun sino un yantra o diagrama simbólico o místico. Existen otros templos Hindú que tienen sólo una pequeña piedra o cristal, una marca para representar al Dios venerado allí. Sin embargo, la vista de la imagen aumenta la veneración del devoto permitiendo a la mente enfocarse en las sagradas ligaduras entre los tres mundos, permitiendo al sistema nervioso abrirse al darshan.

La visión es muy poderosa. La visión es la primera conexión con la Deidad. La vista del icono en el sanctum estimula y aumenta el flujo de energías elevadoras o pranas, en el cuerpo y en la mente. Cada Deidad lleva a cabo ciertas funciones, está encargada, por decir así, de ciertos dominios de la mente externa e interna. Sabiendo qué Deidad es venerada, viendo la imagen de la Deidad allí, manifiesta en el ojo de la mente una imagen semejante y prepara el camino para una devoción más profunda.

En un templo Hindú hay a menudo una multiplicidad de procesos y ceremonias simultáneos. En un rincón, una familia numerosa o clan, con cientos de miembros muy unidos, pueden estar celebrando alegremente una boda. En otro santuario, una dama puede encontrarse llorando frente a una Deidad, entristecida por alguna desgracia o en búsqueda de consuelo. En algún otro sitio abarrotado de gente, un niño está siendo bendecido, y varios grupos de músicos del templo llenan el ambiente con los estridentes sonidos del nagasvaram y de tambores. Cuando el puja llega a su apogeo, los sacerdotes brahmin entran y salen del sanctum llevando alcanfor y cenizas sagradas y agua santa a cientos de fieles que se aglomeran para ver a la Deidad. Todo esto sucede al unísono, sin ningún plan y sin embargo totalmente organizado. Es una experiencia maravillosa, y tal diverso conjunto de ceremonias de devoción y tal intensidad de veneración puede solo ser vista en un templo Hindú. No existe ningún otro lugar en la Tierra como un templo Hindú.

Esotéricamente, los Dioses en el templo, que viven en el microcosmos, pueden trabajar extraordinariamente rápido con todos. Tantas cosas suceden al unísono, que cada uno tiene la sensación de estar solo. A la mujer que llora le es permitido su momento de duelo. Nadie siente que ella esté afectando la boda que se efectúa adyacente. Nadie la nota siquiera. El templo es tan activo, tan lleno con gente, que cada uno es dejado venerar de la forma que necesita ese día en particular – llorar o reír o cantar o sentarse en contemplación silenciosa en un rincón alejado.

Viernes : La Centralización del Templo

Así como la misma religión Hindú, el templo Hindú es capaz de absorber y abarcar a todos. Nunca dice que uno debe venerar de esta manera o que debes estar callado porque hay una ceremonia tomando lugar. Acepta a todos, no rechaza a nadie. Alienta a todos a aproximarse a Dios y no legisla ninguna forma de devoción.. Los Hindúes siempre quieren vivir cerca de un templo, de modo de poder visitarlo regularmente. La gente arbitra sus dificultades en las proximidades del templo. La gente Hindú trata al templo muy seriamente y también muy informalmente. Es un asunto formal-informal. Entre un puja y otro, algunos pueden sentarse y conversar con otros, mientras otros se hallan venerando. Tú puedes incluso encontrar dos personas discutiendo en el templo, y la Deidad es el árbitro de su pelea, dando claridad de pensamiento a ambas partes.

Cada templo Hindú alrededor del mundo tiene sus propias reglas sobre como proceder y quée hacer en él. En algunos templos, en realidad la mayoría de los templos en el sur de la India, es requisito que los hombres se quiten la camisa y que entren con el pecho descubierto. Sin embargo, si tú estás vistiendo un traje de negocios en el templo de India del Sur en Nueva York, no hay problema. Tú no necesitarás quitarte la camisa. Cada templo tiene sus propias reglas, de modo de que deberás observar lo que todo el mundo hace la primer vez que vas.

El Hinduismo es la religión más dinámica del planeta, la de mayor alcance y la más comprensiva. El Hindú se halla completamente lleno con su religión en todo momento. Es una religión de amor. La ligadura común que une a los Hindúes en un cuerpo espiritual único son las leyes de karma y dharma, la creencia en la reencarnación, la Divinidad omnipresente, las tradiciones eternas y nuestros Dioses. Nuestra religión es una religión de acercamiento, uno con otro, debido a la unión común de amor a los mismos Dioses. Toda la gente Hindú son una familia, por cuanto no podemos separar demasiado un Dios de otro. Cada uno en su dominio celestial es también parte de una familia, la jerarquía divina que gobierna y ha gobernado la religión Hindú desde tiempo inmemorial y que gobernará el Sanatana Dharma hasta el infinito.

El Hinduismo no fue nunca creado, nunca fundado como religión. Por lo tanto no puede terminar nunca. Los Persas dieron el nombre de Hindú a las personas que vivían al este del río Indus, y el nombre Hinduismo evolucionó posteriormente para describir sus prácticas religiosas, esta fe antigua llevaba un título diferente – el Sanatana Dharma, La Verdad Eterna. Lo que se entendía era que dentro de cada persona existía el germen o célula de su total afinidad con Dios como la perpetua inspiración de su búsqueda espiritual y manantial de toda revelación. Este sentimiento perdurable de una Verdad que está siempre presente, que es Dios dentro del ser humano, es la

esencia del Sanatana Dharma. Tal realidad inherente, brota vida tras vida tras vida, manifestando la perfección del alma a medida que la persona se vuelve más enteramente al estado de ver su total y completa unidad con Dios.

Sábado : Poniéndose en la Presencia de Dios

En los estadios iniciales del culto, el alma Hindú debe luchar con la incredulidad en los Dioses. El se puede preguntar si ellos realmente existen, especialmente si su propia intuición se halla velada por la asimilación de las creencias y actitudes existencialistas del Occidente. Sin embargo, el siente la existencia de ellos y este sentimiento lo lleva de vuelta a templo. El está buscando una prueba, sumergido en el proceso de conocer a los Dioses por sí mismo. El es animado y convencido por cientos de santos y rishis que han comprendido y encontrado profundas y permanentes relaciones con los Dioses, y quienes contaron de su grandeza en páginas de crónicas y escrituras.

El devoto se para frente al sanctum y telepáticamente le cuenta a los Dioses un problema, y con fe y esperanza se retira y espera. Días o semanas después, luego de haber olvidado acerca de su oración, se da cuenta de repente que el problema ha desaparecido. Trata de encontrar la causa de la solución y encuentra que un simple y favorable juego de circunstancias y eventos lo solucionó. Han los Dioses respondido a su pedido, o esto hubiera acontecido de todas maneras? El lleva otro pedido a los Dioses, y de nuevo, a tiempo, una respuesta aparece en el curso natural de su vida. El tiene la impresión de que los Dioses escuchan y responden a sus necesidades. Confianza y amor han hecho raíz. El continúa año tras año trayendo a los Dioses a sus asuntos seculares, al mismo tiempo que los Dioses, con el mismo cuidado lo van llevando a él a sus esferas celestiales, avivando su alma con energía, alegría e inteligencia.

El Hindú busca a los Dioses para ayudas muy prácticas. El cree con devoción que los Dioses desde el Tercer Mundo son capaces de trabajar conscientemente con las fuerzas de evolución en el universo y ellos pueden sin duda encargarse de unos pocos problemas sencillos. El cree con devoción que los Dioses han sido dados para cuidar al ser humano en el planeta y acompañarlo a través de su paso por la Tierra, y que sus decisiones son vastas en sus implicaciones. Sus visiones abarcan al tiempo mismo, y sin embargo su enfoque detallado sobre el complicado entretejido de asuntos humanos es simplemente imponente.

Cuando el devoto se decide acerca de su "Ishta Devata", aquél Dios al cual dirigirá su cariño y devoción, esa Deidad asume la posición del padre espiritual. Muchos de ustedes son padres y conocen el valor inestimable que la corrección y la disciplina aplicada a tiempo cuando se crían hijos que puedan llegar a ser adultos maduros y responsables. Los Dioses son nuestros padres espirituales. Cuando un devoto no está viviendo a su mejor nivel, traicionando los propios votos que hizo en silencio, su Ishta Devata, o Deidad personal, está suficientemente presente en su vida, suficientemente viva en su

mente, para saber lo que pasa. El Dios tiene la habilidad de escudriñar en el futuro y efectuar un ajuste abrupto y en general doloroso o una penalización severa en la vida del devoto, para protegerlo de una aún mayor tragedia inminente o abismo mental.

Domingo : Cómo Trabajan los Dioses con el Hombre

Los Dioses no tratan a todo el mundo de la misma manera. La actitud de que las almas son iguales y sujetas a los mismos estándares de comportamiento correcto y equivocado no es una noción Oriental. Tampoco lo es la manera en que los Dioses ven las almas de las personas. Hay almas jóvenes y almas más viejas, de la misma manera que hay niños y adultos. Ellos viven en mundos diferentes en el mismo mundo. Almas que viven una al lado de la otra, pueden en realidad estar separadas cientos de años en su madurez espiritual, una recién aprendiendo lo que la otra aprendió hace muchas vidas. Los Dioses distinguen la profundidad del alma, y cuando el devoto se aproxima, ellos lo ven no solo como es, sino como él fue y será. Ellos ayudan al devoto en comprender dentro de la esfera de inteligencia que ellos comandan.

A menudo un Dios dirigirá principalmente un estrato especializado de la mente. El conocerá los problemas y matices propios de esa región de la mente. Entonces, la misma falta cometida por tres almas de diferentes edades bajo las mismas circunstancias, es vista por los Dioses como tres diferentes faltas. Un alma más vieja es más consciente, más capaz de controlarse y por lo tanto más responsable de sus acciones. Ella debía haber sabido, y su transgresión le acarreará una retribución penosa. Otra alma menos madura aún está aprendiendo a controlar las emociones que provocaron su falta, y es reprendida con dureza. Otra alma, tan joven que su conciencia aún no ha comprendido las leyes de karma, de acción y reacción, y que no ha despertado al dominio emocional que la situación requería, es reprendida levemente si es que lo es. Los Dioses en su superconsciente forma de juzgar las acciones y faltas humanas, son infinitamente justos y exigentes.

Sus juicios son totalmente distintos a la noción de un Dios en el cielo que arbitrariamente condena o salva. En Hinduismo, todas las personas están destinadas a obtener la liberación. Ningún alma sufrirá eternamente. Por consiguiente, los Dioses en sus deliberaciones no están haciendo lo que se consideraría juicios personales. Sus decretos son simplemente el llevar a cabo la ley natural de la evolución. Ellos están siempre dirigiendo al alma hacia el Absoluto, e incluso sus aparentes castigos no son castigos sino correcciones y disciplinas que llevarán al alma más cerca de su verdadera naturaleza. Ahora, por supuesto, las leyes humanas no son así , especialmente hoy en día, pero en pasadas civilizaciones y en grandes imperios religiosos Hindú de la India, había cortes tan justas, con personas de justicia tan iluminadas, que las sentencias y los castigos eran impuestos luego de un cuidadoso escrutinio del individuo, su dharma y sus deberes particulares y lo que se esperaba de él.

Es a través de la sanciones de los Dioses, que el Hindú asume la práctica del yoga – la ciencia Hindú estricta y ortodoxa de meditación que lleva a la unión de los muchos con lo único. El yoga es la culminación de años de servicio religioso y de devoción y puede ser exitoso solamente con la ayuda de los Dioses que son los centinelas que vigilan la entrada a los diversos estratos de conciencia. Esta aprobación, una vez obtenida, permite a la fuerza kundalini dentro del meollo de la médula espinal a elevarse sin peligro y unirse con el Supremo que todos los Hindúes saben es el Absoluto – sin tiempo, sin causa y sin espacio. Pero primero, mucho trabajo debe ser realizado.

20 – El esoterismo del culto

Lunes : El Señor Ganesa, Quien Cuida la Entrada

El Señor Ganesa es el primer Dios con el cual el Hindú se familiariza. Como Amo de Categorías, Su primer objetivo es traer orden en la vida del devoto, ubicarlo en el flujo correcto de su dharma – el patrón de deberes, responsabilidades y expectativas correspondientes a la madurez de su alma. Como Amo de los obstáculos, El maneja diestramente Su soga y Su maza despejando impedimentos y manteniendo avenidas abiertas hasta que el individuo se ubica en el buen ordenamiento, uno que vaya a satisfacer sus necesidades espirituales en vez de frustrarlas.

Recuerda siempre que Ganesa no se mueve rápidamente. El es el Dios elefante, y su andar es lento y con gracia. Como Dios de la mente instintiva-intelectual, Sus darshans son transportados en las corrientes mentales lentas, y por lo tanto, Sus respuesta a nuestras oraciones no es de un día para otro, o repentina y eléctrica, sino por el contrario gradual y deliberada. Sin embargo nuestra paciencia es recompensada, ya que su trabajo es detallado y poderoso, de fuerza incomparable persistiendo hasta que nuestras vidas y nuestras mentes se acomodan y nuestro pedido se ha hecho realidad.

El Señor Ganesa es también conocido como el que cuida la entrada. El acceso a todos los otros Dioses viene a través de El. No es que El quiera impedir a cada uno el contacto con otro Dios, sino que El te prepara para el encuentro y hace que el encuentro sea auspicioso. Esta preparación puede significar varias vidas. No hay apuro. No es una carrera. Ganesa fielmente impedirá el acceso a aquellos que no merecen una audiencia divina y una profunda relación con las otras Deidades cuyos darshans son más rápidos. Si un devoto obtuviera acceso sin merecerlo, e invocara los poderes de las otras Deidades antes de que las preparaciones sean concluidas, el karma se aceleraría mas allá del control del individuo. La veneración de Ganesa, sin embargo, puede comenzar en cualquier momento.

Ganesa es el Dios de la ubicuidad. Existen mas santuarios, altares y templos de Ganesa que de ningún otro Dios. El bhakti a Ganesa es la veneración más espontánea y la más sencilla de llevar a cabo. Requiere muy poco ritual. Simplemente el hacer sonar una pequeña campana al comienzo de un proyecto frente a Su imagen, o el encendido de alcanfor, o el ofrecimiento de una flor es suficiente para invocar Su presencia y su protección. A lo ancho y largo de India y Sri Lanka, existen pequeños santuarios de Ganapati sin mayor adorno, bajo la sombra de árboles, a lo largo de las rutas de la campiña, en terminales de ómnibus, a lo largo de senderos y en las calles de las ciudades. Sus bendiciones están realmente en todas partes. Ayudando a Ganesa, cuyos poderes mentales sobrepasan las

computadoras más avanzadas que podamos concebir, están Sus ganas, o ayudantes devónicos. Estos espíritus ministeriales, recogen las oraciones de aquellos en necesidad, buscan y procuran la información necesaria y la llevan frente a la sabiduría del Señor Ganesa.

A medida que nos acercamos a los maravillosos Dioses del Hinduismo, los comenzamos a amar de una manera muy natural, comenzamos a ser guiados por ellos y a depender de ellos mas de lo que dependemos de nosotros mismos. El entusiasmo exuberante, tan predominante en el Occidente, de aferrarse a una independencia existencial y a expresar una voluntad autónoma para decidir la dirección de nuestras vidas, pierde su fascinación a medida que maduramos en el permanente fulgor de estos Dioses y que comenzamos a comprender el propósito divino de nuestro paso por la Tierra.

Uno puede llegar a preguntarse como el Hindú se puede volver tan inmerso en el amor de los Dioses, que se somete a Sus deseos. De la misma manera uno puede preguntarse como hace uno para volverse tan inmerso y amar tanto a su madre y a su padre, confiando en su guía y protección que se somete a ellos. Funciona de la misma manera. Cuando tu encuentras una familia Hindú muy unida y feliz, tú los encuentras muy unidos a los Dioses. Cuando no hay unidad y cuando viven en un hogar fracturado, los Dioses desafortunadamente habrán sido exiliados de sus vidas. Ellos no serán invocados y quizás ni siquiera crean en Ellos.

Martes : Tu Voluntad y la Voluntad de los Dioses

Una vez alguien me pregunto, “Se dice que el verdadero bhakti es entregar la completa voluntad, el ser total a Dios. Si tus haces eso, no te estas haciendo completamente pasivo? Muchos piensan que la devoción ultima, denominada en Sánscrito prapatti, significa rendir la fuerza de voluntad, la independencia y el juicio en una actitud de “Ahora tú me diriges, ya que no me puedo dirigir a mí mismo debido a que no poseo más voluntad propia. La di toda.” Este es un buen argumento en contra de prapatti, por supuesto, pero es una gran mal interpretación de la palabra que es el fundamento mismo de la espiritualidad. Este no es para nada el significado de prapatti. De ninguna manera. Voy a dar un ejemplo. La gente empleada en una ocupación, trabaja con completa energía y vigor, utilizando todas sus habilidades en la tarea, día tras día, año tras año. Ellos entregan sus talentos y sus energías gratuitamente, pero ellos retienen algunas de esas energías y luchan consigo mismos. Esto se denomina resistencia. Esa resistencia es lo que ellos deben ofrecer en el altar de la purificación. Liberarse de esa resistencia, de modo de poder fluir con el río de vida es a lo que se refiere prapatti. Prapatti es libertad. Es realmente voluntad propia. Voluntad propia no es un deseo obstinado, fuerza opuesta que se invoca para preservar el ego personal. Esto es obstinación, no voluntad propia. Voluntad propia es cooperación total, inteligente, la unión total de la mente individual con aquella de otro, o de un grupo. Aquellos que cooperan solo en apariencia, buenos empleados, raramente muestran su resistencia. Ellos la guardan dentro, día tras día, año tras año, y comienza a desgarrarlos. Se acumula una tensión que ningún remedio puede curar. En la vida religiosa, debemos mantener prapatti veinticuatro horas al día, lo que significa librarnos de nuestra resistencia.

Existen varias formas de voluntad propia. Existe la voluntad propia del ego, o de la mente instintiva, existe voluntad propia del intelecto que ha sido educado en dharma, y existe la voluntad propia de la intuición. Para muchos, la voluntad propia es una expresión del pequeño ego, que a menudo los enreda aun más en el mundo de maya. Para mí la verdadera voluntad propia significa voluntad dhármica, que es divina y guiada por la superconciencia. En realidad solo esta clase de voluntad te hace libre.

Los Hindúes con educación Occidental, o que crecieron y fueron enseñados en escuelas Cristianas, donde aceptaron o no una religión extraña, encuentran muy difícil reconocer la existencia de Dioses dentro de su propio ser, ya que el Occidente enfatiza principalmente lo externo, y el Oriente enfatiza lo interno. El sumergirse a sí mismo totalmente en el mundo externo separa la toma de conciencia de la persona de su habilidad síquica de percibir aquello que está más allá de la vista de sus dos ojos.

Tú puedes preguntarte cómo puedes llegar a amar algo que no ves. Sin embargo, los Dioses pueden ser vistos y han sido vistos por almas maduras, a través de la percepción interna que ellos han desarrollado. Este despertar síquico es la primer iniciación en la religión. Cada devoto Hindú puede sentir a los Dioses, aunque no los pueda aún ver interiormente. El puede sentir la presencia de los Dioses en el templo, y el puede ver indirectamente la influencia que ellos tienen en su vida

Miércoles : Karma y Conciencia

El Hindú no tiene que morir para obtener un juicio final o entrar en el cielo, ya que el cielo es un estado mental y existente en su totalidad en todo ser humano en este mismo instante. Existe gente que habita en nuestro planeta hoy en día , que vive en el cielo, y existen también aquellos que viven en estados infernales. Todo lo que el Hindú tiene que hacer es ir al templo. Tan pronto como va al templo, a un puja, él es juzgado totalmente por la Deidad. Todo su karma es balanceado, y el se va sintiéndose bien. O el puede irse sintiéndose con culpa. Eso es bueno también, porque entonces él lleva a cabo penitencia, prayaschitta, y resuelve karmas inapropiados rápidamente.

Puede decirse que cada día que vas al templo eres juzgado. No es algo maravilloso que en nuestra religión puedas ir al cielo o al infierno diariamente, y que al día siguiente puedas salir del infierno llevando a cabo penitencia y ascender al cielo? El Hindú los ve a estos, como estados existentes en el aquí y el ahora, no en una existencia futura y estática del otro mundo. Existen ciertamente reinos celestiales internos, pero así como el universo físico, no son el lugar de residencia permanente del alma, que se halla, como se podría decir en tránsito en su camino a unirse con Siva.

No es necesario para el Hindú esperar hasta el fin de la vida para volverse consciente de los resultados de esta vida en particular. Debido a que él conoce esto y no espera a la muerte para la resolución de los resultados de las acciones y reacciones acumuladas en vida, su evolución es excesivamente rápida. El vive quizás muchas vidas dentro de los límites de una única vida, cambiando y cambiando de nuevo. Si él se equivoca, él no se preocupa excesivamente. El simplemente se corrige y continúa con la corriente progresiva de la evolución humana. El está consciente de las debilidades de ser humano, pero no se deja sobrecargar por sus pecados ni se condena a sí mismo por las acciones que han pasado. Para él, todas las acciones son obra de los Dioses. Su vida nunca es estática, nunca se halla esperando el día del juicio; mientras que el religioso de Occidente, quien cree que existe un último recuento una vez que esta vida termina, se halla apilando todo lo que ha hecho, bueno y malo, sumando todo en un popurrí en su mente, y esperando que llegue el Cosechador Nefasto y traiga el Día del Juicio.

El Hinduismo es una religión tan dichosa, libre de todas las cargas mentales que son tan predominantes en las distintas creencias Occidentales. Está libre de la noción de un Dios vengativo. Está libre de la noción de sufrimiento eterno. Está libre de la noción del pecado original. Está libre de la noción de un único sendero espiritual, de un camino único. Está libre de la noción de la Segunda Venida. ¿Por qué?, yo creo que algunos de los devas en este templo están en su, veamos ..., ¡venida número 8450000! Ellos vienen cada vez que

hacemos sonar la campana. Tú no tienes que esperar 2000 años para que los Dioses vengan. Cada vez que tú haces sonar la campana, los Dioses y los devas vienen y tú puedes ser bendecido y eres bendecido por su darshan. Ellos son omniscientes y omnipresentes, ellos se hallan simultáneamente en todo templo del planeta cuando la campana se hace sonar. Ese es el misterio y el poder de estos grandes Dioses que existen dentro del microcosmos.

Jueves : Unidad con la Ley Divina

Debido a que se halla relativamente libre de doctrinas equivocadas, la forma en que el Hindú encara la vida – y la forma en que el Hindú encara el tiempo y las preocupaciones y la forma en que encara la mente subconsciente – es muy distinta de la forma en que lo hace el Occidental. El Hindú sabe que él se halla evolucionando a través de una sucesión de vidas en el planeta, y no tiene apuro. El devoto Hindú acumula poco karma debido a que su subconsciente es constantemente balanceado por el culto a los Dioses. Entonces, el karma es controlado. El Hindú ve a la religión como la más dichosa expresión que la vida puede ofrecer. El Hindú considera a toda la raza humana sus hermanos y hermanas, todos creados por el mismo Creador, y con el mismo logro en sus destinos.

Cuando visita el templo, él está buscando comprender la mente de los Dioses, buscando sus bendiciones y su guía. El se para frente a la Deidad en humilde sobrecogimiento por la grandiosidad de un mundo que el puede concebir solo parcialmente. El trata de sentir en su interior a la Deidad. Si el es aunque sea un poco clarividente, el puede llegar a ver a la Deidad eclipsar la imagen dentro del sanctum. Al principio el puede ver que la imagen parece moverse, pensando que es su propia imaginación. El puede llegar a observar la expresión de la Deidad cambiar de día a día y de hora a hora. El puede llegar a darse cuenta de la influencia de la Deidad en su vida y despertar un amor hacia los Dioses, de los cuales solo vagamente pensó que fueran verdaderos.

El Hindú no es un existencialista. El no cree que Dios sea incognoscible. El no cree en el funesto destino de la raza humana solitaria en el universo, dependiendo solo de sí misma. El Hindú cree que nació con su destino, y que las pautas han sido estipuladas. El mezcla su voluntad con la voluntad de su comunidad religiosa y con la voluntad de los Dioses en el templo, porque él no tiene el concepto de voluntad propia que no puede responder ni al ser humano ni a Dios.

La creencia es una pauta establecida dentro de la mente con un propósito particular, de modo que la toma de conciencia fluirá a través de ese patrón particular por el resto de la vida de la persona. Generalmente, las pautas son puestas en la mente de un niño antes de que él piense por sí mismo, o tus amigos, o tu familia o tus maestros pongan creencias en tu mente. Tú dirás, “Sí, yo creo eso” sin realmente pensarlo por ti mismo. Nuestras actitudes surgen de nuestras creencias. Tu toma de conciencia individual, tu habilidad de estar consciente, no tiene forma de funcionar a menos que existan pautas dentro de la mente para que los pranas fluyan a través y alrededor.

Primero están las creencias y luego las actitudes. En el hogar y la cultura Hindú, las creencias y las actitudes son ensañadas con mucho cuidado y sistemáticamente con amor y atención de modo de que el individuo se vuelva un miembro productivo para la comunidad aún antes de dejar el hogar. Esas primeras impresiones de la mente son importantes, y si ellas son correctas en vez de llenas de concepciones equivocadas, guiarán apropiadamente a la persona a través de su vida con un mínimo de problemas emocionales y mentales. La persona se corregirá a sí misma en vez de tener que ser corregida por la sociedad.

Viernes : La potencia de la Tradición

Esta es una de las razones por la cual la tradición religiosa es muy pero muy importante. Los pensamientos existenciales modernos nos dicen que nosotros podemos hacer cualquier cosa que queramos; no tenemos por qué seguir la tradición. De tales creencias surge un sentimiento muy grande de soledad. Un cisma entre el individuo y sus ancestros, todas las generaciones que lo precedieron en este planeta. De tal creencia surge el rompimiento de la cultura, la sociedad, la religión y las familias.

La tradición te permite ir a través de las experiencias de la vida en una forma controlada, en vez de simplemente arrojarte de una vida a otra sin consideración previa o preparación. Cuando respetas la tradición, tú apelas a la sabiduría colectiva de decenas de miles de años de experiencia. Cuando sigues la tradición, tú compartes las soluciones de problemas inenarrables, que fueron solucionados quizás una vez antes que la historia escrita comenzara, de manera de que las generaciones futuras pudieran evitarlos. La tradición es sabiduría del pasado heredada por hombres y mujeres en el presente.

Nuestra religión tiene una vasta tradición, y no todo el mundo puede seguirla o la sigue en su totalidad. Existe una gran libertad dentro del Hinduismo. Tú puedes elegir no seguir la tradición, pero la tradición está allí para cuando tú elijas seguirla. Por supuesto, podemos tomar el camino de prueba y error, probando cada precepto antes de adoptarlo. Ese es un camino muy tedioso que conduce lentamente a la meta eventual. Dependiendo de nuestros Dioses, de nuestros antepasados, de nuestros ancestros religiosos, nos movemos más rápidamente a lo largo de nuestro camino espiritual. En las etapas preliminares, tendemos a formas no tradicionales. Eso es natural. Más tarde la experiencia nos empieza a mostrar otra manera, y nos volvemos tradicionalistas. Esta madurez le llega a todas las almas en la serie de nacimientos, a medida que aprenden a perfeccionar las pautas intrincadas de la religión y cultura Hindú.

Hay ciertas tradiciones que pueden ser rotas, que se han perdido y olvidado, cubiertas por las arenas del tiempo, ya que son tradiciones que el ser humano puso en movimiento. Algunas tradiciones puestas en movimiento por gente para resolver ciertos problemas en ciertos tiempos, no tienen ninguna relación con nuestras circunstancias y en nuestro tiempo.

La tradición Hindú es iniciada y administrada desde los mundos internos, desde el Devaloka. Las Deidades son la fuente de la mayor parte de la tradición. Ellas ordenan la forma apropiada de recitar y los mantras a ser usados. Ellas establecen el lenguaje, la música, la danza, los sistemas de culto. Siguiendo las tradiciones Hindúes, cada vez mejor a lo largo de los años, armonizas tu mente con el gran flujo positivo mental de más de mil millones de personas en nuestro planeta.

Nuestras son las tradiciones más antiguas del mundo. Son las más profundas, basadas en una comprensión esotérica de la persona y su propósito en la vida. La tradición guía las experiencias en la vida. Es una estructura mental protectora. Cualquier experiencia por la cual debes atravesar es guiada con cuidado por esta grandiosa estructura mental. Estas tradiciones son patrones mundanos que nos llegan de miles y miles de años, y que tú has vivido y conocido en vidas previas.

Sábado : El Microcosmos y el Macrocosmos

La mente de la persona – y con eso me refiero a la completa estructura mental, emocional y espiritual – existe dentro del microcosmos que existe dentro del macrocosmos que tú puedes ver y tocar y al que llamamos universo físico. Los Dioses también viven dentro del microcosmos. El microcosmos está dentro del macrocosmos, y nuevamente, dentro del microcosmos existe otra dimensión de espacio, otro macrocosmos. En forma similar, tú puedes ver una gota de agua con un microscopio y ver una dimensión de espacio en la cual miles de pequeñas criaturas se hallan experimentando una total existencia. Esas diminutas criaturas vivientes están en el microcosmos; desde su punto de vista, ellas lo ven como un macrocosmos. Mientras tú puedes decir que hay sólo una millonésima de pulgada entre cada uno de esos pequeños organismos que nadan en una gota de agua, para ellos eso parecería ser como cincuenta yardas. Existen decenas de miles dentro de esa gota, y sin embargo no están abarrotados, ya que es una dimensión de espacio diferente. Así es como el microcosmos puede tener un aún más grande macrocosmos dentro de él.

Ese macrocosmos mayor es el Tercer Mundo, el Sivaloka, donde todos los Dioses y Mahadevas residen. Está dentro tuyo, pero es etéreo, lo que significa que no es físico. Tu mente está en el

microcosmos. Así es como puede hacer todas las cosas que hace. Tú puedes llevar tu mente completamente alrededor del mundo en un instante, o a través de la galaxia. En este mismo instante podemos llevar nuestra mente a una estrella que está a 680 millones de años luz de la Tierra. Podemos pensar acerca de esa estrella y verla en nuestra mente. Tiempo no se halla involucrado, ni espacio se halla involucrado. El pensamiento está allí instantáneamente. Los Dioses también se hallan en el microcosmos, y en el macrocosmos dentro del microcosmos. Desde su punto de vista, todo lo que ellos hacen por ti, para ayudarte a resolver un problema, aún si ellos trabajan durante días en la escala de tiempo de ellos, sucede más rápido que instantáneamente. Como tu mente también existe dentro del microcosmos, el cambio tiene lugar instantáneamente. Luego toma uno o dos días para que los efectos del cambio se sientan en el macrocosmos. Profundamente dentro de tu mente, en el microcosmos, el problema desapareció en el preciso instante en que te paraste frente al Dios en el templo. Toma unos días o al menos unas horas, el ponerse al día con el evento interno y ver los resultados en forma física.

Domingo : La Gracia de los Dioses

Cuando tú rindes culto al Dios en el templo, a través de puja y ceremonia, tú estás trayendo a esa Divinidad fuera del microcosmos hacia este macrocosmos. Tú proporcionas la energía a través de tu veneración y tu devoción, a través de tus formas de pensamiento, e incluso a través de tu aura físico. El pujari purifica y magnetiza la imagen de piedra para que esto tenga lugar. Los Dioses y los devas se hallan también magnetizando la imagen de piedra con su energía, y finalmente el momento está listo y ellos pueden salir del microcosmos hacia el macrocosmos y bendecir a las personas. Tú observas que ellos han estado sólo por un instante, pero para ellos ha sido un tiempo largo. El sentido de tiempo en los mundos internos es diferente.

Si tú quieres familiarizarte con los Dioses, primero conoce al Señor Ganesa. Saca una foto y mírala. Pon una foto del Señor Ganesa en tu auto o en tu cocina. Familiarízate a través de la vista. Luego comienza a conocerlo a través del sonido, recitando Sus nombres y Sus himnos. Así es como tú te familiarizas con tu Deidad personal. Tú llegarás a conocerlo de la misma manera que conoces a tu mejor amigo, pero en una forma más íntima, ya que Ganesa está dentro tuyo y adelante tuyo para guiar la evolución de tu alma. A medida que te familiarizas con El, Ganesa sabe que tú estás ascendiendo en la escalada del kundalini en la médula espinal. El trabajará contigo y resolverá tu karma. Tu vida entera comenzará a suavizarse.

La religión es la conexión entre los tres mundos, y el culto en el templo es como tú puedes obtener tu conexión personal con los mundos internos. En realidad, tú nunca pierdes la conexión con los mundos internos, pero si no estás consciente de esa conexión, parecería que la hubieras perdido.

Los Dioses del Hinduismo crean, preservan y protegen a la raza humana. Es a través de su consentimiento que todas las cosas continúan, y a través de su voluntad que ellas cesan. Es a través de su gracia que todas las cosas buenas pasan, y todas las cosas suceden para bien. Tú puedes preguntarte por qué uno se pondría bajo la autoridad divina por voluntad propia, perdiendo su aparente libertad. Pero no se pone uno acaso por propia voluntad en total armonía con aquellos que ama? Por supuesto que uno lo hace. Y amar a estas grandiosas almas surge tan naturalmente. Su sabiduría atemporal, su inteligencia vasta, sus naturalezas perfectamente bondadosas, su preocupación continua por los problemas y el bienestar de los devotos, y su poder y puro resplandor Divino - todo esto inspira nuestro amor.

21 – Entrega total

Lunes : Ablandando el Corazón

El yoga de devoción pura se encuentra al comienzo, en el medio y al final del sendero. El unirse a Siva es más y más una realidad de experiencia que se siente profundamente, cuando el alma se entrega a Siva interiormente y exteriormente en una devoción sin timidez. Prapatti es realmente la llave que da acceso al amor necesario a medida que la unión se incrementa con el paso de los años, y así como el Satguru Yogaswami dijo, “El amor se derrama para fundir a las mismas piedras.” El yoga bhakti no es un estudio intelectual. Es una práctica. Tampoco es una experiencia emocional. Es una experiencia de devoción. Existe una diferencia que trataremos de comprender. El yoga bhakti no es un cúralo-todo, ni el método para obtener una iluminación rápida. Sino que es el cimiento de la iluminación. No es una técnica. Tampoco es un mantra mágico. Es una forma de vida. La transformación que ocurre por vivir en el estado de yoga bhakti, es el ablandamiento del corazón.

La veneración externa, yoga bhakti, es lo primero que se enseña en el camino espiritual, ya que produce un corazón dulce, apaciguado. Es una pérdida de tiempo para el guru entrenar al devoto en meditación y en contemplación antes de que su corazón se haya ablandado a través de yoga bhakti. El paciente guru esperará hasta que esto haya sucedido en el devoto. En caso contrario, cualquier logro obtenido a través de prácticas intensas de yoga raja, no puede ser mantenido. Y los problemas que surgirán dentro del la mente subconsciente del devoto – en caso de que se le haya enseñado yoga raja antes de que la preparación apropiada haya sido dominada – recaerán sobre el guru. El guru deberá entonces actuar como siquiatra para resolver los problemas provenientes debido a las fuerzas que se han despertado. Mientras que un bhaktar maduro lleva esos problemas, o karmas negativos, que a veces surgen como resultado de meditación profunda, a las Deidades del templo, colocándolos a sus pies para ser disueltos. Esto no sucedería en el caso del devoto que no ha experimentado el vivir en yoga bhakti, porque aún no se ha establecido la relación entre él y los Dioses. Por lo tanto, el guru sabio, hace que el devoto comience al principio del sendero, no por el medio.

El sendero comienza con charya, familiarizarse con los Dioses y desarrollar una relación con ellos a través de servicio. Charya es yoga karma. Entonces se experimenta kriya. Kriya es yoga bhakti. Una vez que el yoga bhakti ha fundido el corazón, entonces los conceptos profundos de yoga y las técnicas de meditación de yoga raja pueden ser practicadas. Ellas deben ser comprendidas en la mente interna, y no simplemente memorizadas. El guru sabio nunca enseña técnicas de meditación profunda a devotos que se

encolerizan, que son celosos o que son temerosos. Esos devotos deben primero aprender a servir desinteresadamente llevando a cabo proyectos de yoga karma en el ashram, y luego efectuar simple yoga bhakti hasta que todo el enojo se haya fundido en amor.

El conocimiento interno de que “Todo es la voluntad de Siva” es uno de los primeros beneficios del yoga bhakti. Es solamente a través de verdadero bhakti, que el yoghi alcanza y mantiene el estado interno de Satchidananda. Unicamente el verdadero bhaktar puede mantener el vivir con Dios y con los Dioses sin reservas y comenzar a interiorizar su devoción durante meditaciones profundas. Uno no puede interiorizar la devoción hasta que ésta no haya sido verdaderamente exteriorizada. Acá doy un ejemplo para explicar el proceso de interiorización de la devoción. Un devoto resiente algo que otro devoto le dijo y se enciende en cólera. Los dos devotos se van, pero el enojo permanece en la forma de resentimiento quemante. La emoción del enojo ha sido interiorizada, pero puede ser desencadenada en algún otro.

Martes : Los Cimientos Para un Yoga Fructífero

Muchos maestros Hindú en el Occidente, enseñan meditación puramente advaitica , sin teísmo o práctica religiosa, pero la mayoría de los que han venido al Occidente desde la India, crecieron en hogares Hindú. Ellos poseen dentro de sí mismo una religión firme, cimiento cultural para el yoga. Sin embargo, muchos no pasan la cultura religiosa a sus devotos occidentales. En una comunidad Hindú ortodoxa, muy probablemente enseñarían de una manera más tradicional. Al occidental le atrae la filosofía advaita. No requiere un cambio en el estilo de vida.

Las meditaciones no-duales basadas en la filosofía advaita, lleva a los devotos fuera de la mente consciente, pero demasiado a menudo los conduce al subconsciente. Es aquí, dentro del subconsciente, que los problemas no resueltos con la familia y con el ego personal de uno, empiezan a aparecer. Sin un fundamento cultural-religioso apropiado, y sin un sistema de creencias tradicional Hindú, estos problemas son difíciles de manejar. Ciertamente, que esta confusión no es el propósito de la meditación advaita, pero es una consecuencia. El guru sabio, entrena a sus devotos en la cultura y los valores tradicionales Hindú, y enseña los yogas iniciales, así como el protocolo del templo, música, arte y danza. Todo esto debe ser dominado a fin de construir un apropiado cimiento subconsciente dentro de la mente. El yoga karma y el yoga bhakti son el preludio necesario para las más elevadas prácticas y filosofías.

La meditación grupal es buena, ya que el grupo puede realmente ayudar al individuo, así como el individuo ayuda al grupo. La meditación intensa despierta los samskaras, las impresiones del pasado, e intensifica los karmas prarabdhas, haciéndolos manifestar antes de tiempo. Tiene el mismo efecto de un invernadero.

Nadie debe llevar a cabo meditación intensiva a solas hasta que esa persona pueda servir desinteresadamente y aceptar elogios, culpas y críticas sin protestar y sin resentimiento, mas con una dulce sonrisa. Sólo cuando un devoto ha alcanzado este estadio, es que se halla suficientemente afirmado en el kriya marga, que conduce naturalmente al yoga marga. Luego, finalmente, el yoga raja, y otras clases de sadhanas más refinadas e intensas, pueden ser llevadas a cabo sin peligro. Estas limpiarán los karmas del pasado sin sufrimiento mental, una vez que los cimientos apropiados han sido establecidos en la mente y el carácter del devoto.

La progresión de sadhanas de yoga karma, yoga bhakti y luego yoga raja, son como limpiar el camino de piedras. Primero remueves las piedras más grandes. Luego retrocedes por el sendero. Aún ves piedras grandes, pero estas son en realidad la mitad del tamaño de las que removiste antes, y remueves estas también. Luego vuelves a caminar por el sendero y quitas las piedras que resaltan como

grandes, y así sucesivamente hasta que el camino está limpio. Es un proceso de refinamiento.

El devoto en el sendero, debe ser suave, flexible, que se lleva bien con otros, y a la vez de mente firme. Por lo tanto, bhakti, que es amor en acción, es un requisito necesario para triunfar en el Sant Marga, el camino derecho a Dios, hacia la unidad con Siva. Muchas clases de técnicas yogas se pueden practicar, pero no darán respuestas fructíferas para aquellos que no tienen una mente firme, ni son fuertes en las virtudes esenciales. La gente orgullosa, antagonista y difícil de llevarse con otras personas, debe ablandar sus corazones. Esto se logra a través de yoga bhakti y yoga karma. Simplemente estas prácticas liberarán al devoto del anava marga – el sendero que construye y mantiene un fuerte ego personal. Es muy difícil dejar el sendero anava marga por el Sant Marga, pero los resultados en el Sant Marga son mucho más gratificantes posteriormente.

Ciertas escuelas de pensamiento de la India postulan que una vez que tú alcanzas cierto estadio, el bhakti se debe dejar de lado porque es de naturaleza dual. Pero un devoto que llega a un elevado estado de conciencia, no renuncia al amor por Dios y los Dioses. Su devoción no se detiene; sino que se hace más intensa. El no deja de comer, de relacionarse con su familia, amigos y otros devotos. Estas son todas cosas duales también. Es cierto que algunos maestros enseñas estas doctrinas. Pero evitar el charya marga, no habiendo estado nunca en él, y decir “Yo estoy en algo tan grande y elevado; no necesito hacer eso” es una filosofía que no es la nuestra.

En Saiva Siddhanta, los margas son estados progresivos de la modelación del carácter. Son los cimientos del buen carácter, que se construye en bhakti. Los patrones de hábito apropiados que se crean con los sadhanas diarios de yoga karma, establecen estos cimientos dentro de la mente, del cuerpo y de las emociones. En caso de que un devoto fracase en la búsqueda de yogas más elevados, siempre podrá confiar en su éxito en el charya marga. Es realmente muy triste que alguien diga, “Yo ahora conozco intelectualmente los Vedas y no necesito expresar ni amor ni devoción.” Alguien que realmente ha comprendido las verdades de los Vedas nunca podría decir esto.

Miércoles : Bhakti es el Cimiento

El bhakti es un estado de la mente, una llegada a un estado interno de conciencia. La gente que se enoja, la gente que se pone celosa, la gente que es temerosa, la gente que tiene confusión, está viviendo en el asura loka. Ellos son los que disgustan a otros y que experimentan venganza. Ellos tienen aún que ascender al anava marga y conseguir un poco de autoestima. Ellos tienen aún que experimentar el sentirse seguros en su propia identidad.

Ellos aún tienen que “ser su propia persona,” “encontrar su propio espacio.” Ellos deben primero cerrar la puerta a la canalización de entidades asúricas. Una vez que están firmemente plantados en el anava marga, ellos empiezan a sentir que ellos son un don de Dios al mundo, y pueden llegar a buscar un maestro espiritual. Si el maestro les enseña yoga karma y yoga bhakti, ellos comienzan a darse cuenta de que hay fuerzas en el universo, almas en el universo que son mucho más grandes de lo que ellos ahora son, y de lo que ellos serán por mucho tiempo. Una vez que esto sucede, el dado ha sido arrojado. Ellos se hallan en el sendero espiritual de su eventual iluminación.

Nuestras escrituras, las escrituras Saiva Siddhanta, están llenas de anécdotas de los grandes jnanis que llevaron a cabo yoga karma y yoga bhakti y que hablaron de las grandes verdades de jnana. Las historias cuentan que durante días auspiciosos del mes ellos llevaron a cabo intensos tapas de yoga raja. Este es el yoga – los brazos, la cabeza y el torso del yoga. Tú no llevas a cabo un solo yoga sin los otros. Es un todo integral.

En ocasiones vemos que los devotos hacen peregrinaje a un templo, que se postran con mucha devoción. Pero una vez que se van del templo, ellos le pegan a uno de sus hijos. Sabemos que una vez que entran a la casa, discuten con su cónyuge y protestan acerca de sus familiares. Dónde está aquí el verdadero bhakti? Esto es lo que bhakti no es. Desafortunadamente, los hijos que ven esta hipocresía , la recuerdan por un tiempo muy, muy largo. El niño puede pensar, “Tú amas al Señor Ganesa, mamá, pero no me puedes querer a mí.” Cuando tú amas a un bebe, tú no le pegas cuando llora, aún si el llanto te molesta.

Los gurus sabios, no inician a nadie en las técnicas de yoga raja, que no tenga una naturaleza dulce y de los que no brota naturalmente bhakti. Nadie entra en la orquesta sinfónica si antes no ha dominado lo que el primer, el segundo y el tercer maestro de música le ha enseñado.

Supón que a un devoto que no es virtuoso le es enseñada una intensa meditación yoga raja y él la practica ardientemente durante un largo período de tiempo hasta que logra ver un destello de luz. Entonces,

el devoto sintiéndose muy por arriba de los demás , discute con sus padres o estalla en cólera cuando habla con un amigo. En ese momento, los méritos y beneficios del despertar yoga raja se han borrado. Esto es debido a que el prana de la conciencia elevada ha sido disipado por las palabras de cólera que ahora queman más profundamente en las mentes de los otros, que lo que hubiera sido antes. No, una naturaleza dulce y gentil debe preceder a los sadhanas yoga raja. Sin lugar a dudas.

Bhakti es la base y la piedra fundamental del desarrollo espiritual. Aquél devoto que posee una naturaleza amable, que es una persona generosa, considerada y buena, es obviamente un bhaktar. Las disciplinas del yoga bhakti lo convierten a uno en un devoto, y un devoto es un tipo de persona muy desinteresada. Estas disciplinas pueden tomar muchas formas, pero el fruto de yoga bhakti, que es una disposición amable, debe ser obtenido antes, para que uno pueda continuar con seguridad en el sendero. La prueba está en las acciones y las actitudes del individuo. Si él realmente ve al Señor Siva en y a través de todas las cosas, cómo podría él no ser un bhaktar? Si él realmente comprende la ley de karma, el no puede resentirse frente a cualquier evento. El sabe que las experiencias de hoy fueron creadas en el pasado. El verdaderamente sabe que las acciones de hoy moldean las experiencias de un tiempo futuro. Sí, el yoga bhakti es la piedra fundamental de toda menor o mayor iluminación. Los devotos que son gentiles, con gran devoción, obedientes, inteligentes, llevarán a cabo cualquier tarea que su guru les de – ya sea en el puro sendero advaita, los yogas raja o en el sendero yoga karma.

Jueves : Estados Bajos de Conciencia

Cuando alguien comienza en el sendero desde estados de conciencia debajo del muladhara, en las áreas de la mente de pensamiento confuso, en los chakras de enojo, la religión para él será un área de superstición, de premonición, muy poco clara. Estos chakras son también conocidos como talas, o estados de oscuridad, de auto-engaño y de distorsión. Ellos son los “polos opuestos” de los chakras superiores y de los siete correspondientes lokas. Pensamiento confundido se puede definir como pensamiento de “auto-preservación.” Cuando una persona está en este chakra, los sentimientos de “yo y mío” son muy fuertes. Es un estado de pasión exteriorizada e indulgencia de los sentidos. Esta es la vibración del chakra talatala, que puede ser traducido como “por debajo del último nivel,” “sitio-no-sitio” (tala-atala), o “dominio del no-ser.” En este cuarto centro por debajo del muladhara, la conciencia es la protección a toda costa del pequeño universo de uno.

Si tal persona se eleva, ya que la conciencia está profundamente en los chackras bajos, emergerá primeramente en conciencia de envidia, el chakra sutala que significa “la gran región baja,” estado de oscuridad espiritual regido por el deseo y la pasión. El sentimiento de envidia es una conciencia más elevada que aquella del chakra inmediatamente por debajo, que confunde el pensamiento. El siguiente paso ascendente, después de envidia y pensamiento confundido, es hacia el chakra del enojo, el segundo centro de fuerzas por debajo del muladhara. Este es el chakra vitala, que se traduce como “la región de los perdidos,” “el reino de la división o confusión.” El paso ascendente que sigue al enojo es la entrada al chakra del temor, un estado de aniquilación espiritual llamado chakra atala, que significa “sin base,” o “sin sitio.” El temor es una conciencia más elevada que enojo o envidia. Son las gentes que viven en este chakra las que forman las masas que temen a Dios en vez de amar a Dios.

El quinto chakra por debajo del muladhara, es llamado rasatala que se traduce literalmente como “estado de placer de los sentidos.” Este es el verdadero hogar de la naturaleza animal. Aquí el egoísmo personal predomina. A las personas con conciencia fuertemente en este centro de fuerza, no les preocupa nada los problemas y los sufrimientos de otros.

Por debajo de éste, si nos animamos a hablar de él, se encuentra el mahatala, “la mayor de las regiones bajas” donde el ego reina como ser supremo. Este es el reino de los actos inconscientes, aquí, aquellos que llevan a cabo los actos más atroces, no sienten ningún remordimiento. La conciencia se halla completamente dormida para aquellos confinados en este mundo. Negatividad, depresión y otros estados oscuros de la mente son comunes para aquellos en el chakra mahatala. Finalmente, en la parte más baja de la conciencia, está el

chakra patala, “la región baja de la maldad” o el “estado de los caídos,” donde reina la oscura ignorancia. Este es el mundo de la destrucción malvada, de la venganza, del asesinato por el simple asesinato. Regodeándose en las retorcidas vibraciones de este área de conciencia, los depravados transgresores torturan a otros sin siquiera pensar, expresan maldad sin siquiera una punzada de conciencia, dañan a otros de incontables maneras por simple placer y disfrutan con el sufrimiento emocional, mental y físico de los otros seres humanos y de todos los seres que cruzan su camino. El odio es la fuerza que rige el chakra patala, la maldad reina en supremacía. Alejados de la razón e incluso más alejados de la compasión y la comprensión están aquellos que viven en la oscuridad de esta área de la mente.

Podemos ver que emergiendo de los chakras bajos es una terrible experiencia. Pero una vez que el individuo pasa a través del chakra del temor, llega a los pies del Señor Ganesa y entra en el reino de la memoria y la razón, de la claridad y la comprensión. Es en este punto en la evolución a través de los chakras, que es una travesía de la conciencia, la persona comenzará a pensar en los otros y a buscar el beneficio de ellos más que el propio. De aquí en adelante, el sendero de la evolución espiritual, no es de tan dudoso presagio como lo fue antes. No hay áreas amenazantes, excepto de que es posible caer de nuevo en la baja conciencia.

Viernes : Los Encargados de los Vastos Reinos

Los Dioses son los que controlan estos centros de fuerza en el ser humano. Ellos viven en las áreas más internas de la forma. Para entrar en el chakra muladhara, el aspirante debe ir a través del Señor Ganesa. Y cuando el aspirante progresa hasta el chakra manipura, Ganesa lo presentará al Señor Muruga. Una vez que esto sucede, el aspirante rendirá culto al Señor Muruga como el Unico y el Fin de Todo, exactamente como lo hizo con Ganesa cuando la conciencia se hallaba en Sus chakras. El Señor Muruga es el que controla el chakra manipura, el chakra de la fuerza de voluntad, y los dos chakras por arriba de éste, los de conocimiento directo y de amor universal. Entonces empezamos a ver que el aspirante debe avanzar en conciencia a través de los tres chakras que el Señor Muruga controla y completar todas las pruebas antes de que este Dios lo presente al Señor Siva. Los reinos del Señor Siva son los chakras número seis y siete y más allá de estos. El aspirante deberá aún atravesar completamente los chakras del dominio del Señor Siva para experimentar Su omnipresencia, y luego llegar a la esencia de todas las esencias, Parasiva.

El aspirante que ama profundamente a Siva, debe finalmente ir más allá del aspecto personal de Siva para alcanzar su lado impersonal, y así es por qué cuando él finalmente emerge de Parasiva, es un verdadero bhaktar. El es el verdadero monoteísta. En el mundo de la dualidad, el teísmo es en sí mismo una dualidad. El teísmo es muy compatible con la mente del hombre, que es dualidad en sí misma. El monismo por otro lado, está más allá de la mente misma. El monismo es atemporal sin forma y también sin espacio. Verdadero monismo no puede ser concebido por la mente. Sin embargo la mente sabe de su existencia.

Cuando el devoto se ha probado a sí mismo, los Dioses empiezan a notarlo. Encontramos a un Dios a medida que ascendemos a través de los chakras por arriba del muladhara. Encontramos asuras a medida que descendemos a través de los chakras por debajo del muladhara. Un Dios aparece a medida que cada uno de los chakras elevados se abre. Cuando el muladhara se abre y la toma de conciencia pasa a través de él, encontramos a Ganesa. Cuando experimentamos temor y enojo, nosotros encontramos y somos influenciados por asuras del temor y del enojo. En el chakra que gobierna el pensamiento egoísta y confundido, encontramos y somos influenciados por el asura que gobierna este reino. Descendiendo a los chakras aún más bajos de la mezquindad, el fraude, el robo, asesinatos y violencia, encontraremos profesionales en esas áreas.

Existen siempre Dioses internos y Dioses externos, ya que cada chakra es un reino de conciencia con su propia jerarquía interna y externa. Un chakra es un mundo, una esfera de conciencia. Existen ayudantes astrales y ayudantes del plano físico conectados con cada

chakra. Estas esferas de conciencia se interrelacionan. Un individuo mentalmente sano, funciona en aproximadamente tres chakras o esferas de conciencia, a un mismo tiempo. Una persona con problemas mentales serios estará en una esfera única de conciencia y no podrá ocuparse de las cosas que le sucedan fuera de esa área de la mente o chakra.

Cuando tú encuentras al Dios o al asura de un dominio en particular, siempre será un encuentro conciente, pero puede que no veas al Dios o al asura. Su presencia ciertamente será sentida. Algún símbolo aparecerá, así como una imagen del Señor Ganesa o del Señor Siva. Mucha gente está abierta a Siva ahora, y Lo ven a través de Sus imágenes. Los terroristas ven a sus dioses asuras en sus fusiles, sus explosivos y sus otras armas. En esta era en el Kali Yuga, todos los estados de conciencia están al descubierto.. Todos los catorce chakras están manifiestos de una u otra forma en la Tierra. Es una época muy intensa en el planeta, y de la misma manera el momento exacto de maduración para la apertura espiritual.

Sábado : Cómo se Cultiva el Bhakti

Una vez que la persona eleva su conciencia fuera de los chakras que están por debajo del muladhara, y los cimientos del bhakti han sido establecidos, entonces se hace fácil ir a estados refinados de la mente a través de la meditación. Esto es debido a que la devoción ha quitado los obstáculos. Aquellos que se aman pueden comunicarse fácilmente. El devoto que siente reverencia por un templo y que siente devoción por los Dioses en él, se puede comunicar fácilmente con esos Dioses. El yoga bhakti es amor en todos los niveles de conciencia – física, mental, emocional y espiritual. El yoga bhakti nos hace sentir bien. En un estado de yoga bhakti – unidos con la Divinidad a través del amor – la meditación se hace natural, y uno puede “remontarse hacia adentro” con facilidad. No existen barreras cuando el amor está involucrado.

El mayor factor inhibidor en la práctica de yoga bhakti es la mente intelectual, dudosa y cínica. La duda y el escepticismo endurecen al corazón y restringen la mente. Las personas en este estado no pueden realmente volverse devotos hasta que sus corazones se ablanden y su tenso intelecto se relaje. Ellos deben llevar a cabo el sadhana de la reconciliación, que es ir delante de cada persona que conocen y venerarlas como a Dios. Este sadhana se hace en meditación. El devoto debe realizar el encuentro con cada uno llevando el rostro de la persona frente a él y enviándole pensamientos bondadosos y bendiciones de prana. Esto se debe hacer una y otra vez hasta que el amor surge en el corazón para cada uno de ellos. Unicamente después de que este sadhana se ha llevado a cabo, el bhakti comenzará a florecer en el corazón La floración de bhakti suaviza al corazón y relaja el intelecto.

Cuando tú tienes la energía de bhakti, de amor, fluyendo a través de tu cuerpo, la meditación es fácil. Tú no necesitas pasar por los prolegómenos. Tú ya te hallas funcionando en los chakras elevados. La experiencia bhakti lleva los pranas desde los chakras bajos a los chakras elevados. Pero si tú te hallas viviendo en la conciencia de antagonismos personales, comunales, nacionales o internacionales, el entrar en meditación será difícil. Todos los prolegómenos se deben efectuar cuidadosamente – pranayama, concentración profunda, la elevación de los pranas hacia los chakras del corazón y de la garganta, etc. Entonces, lentamente, el bhakti interno se completa, y la vibración de amor se comienza a sentir. Esto lleva tiempo.

Aquél en la escuela Saiva Siddhanta, encuentra más sencillo hacer este trabajo preliminar en el templo a través del yoga exteriorizado de bhakti, en vez de intentar interiorizar el bhakti y elevar los pranas cuando se halla sentado en la posición de flor de loto, que demanda tiempo y no es tan placentero. Mientras que elevar las energías desde los chakras bajos hasta los chakras elevados efectuando yoga

bhakti en el templo durante el culto, es sencillo, natural y considerado como un verdadero gusto para el devoto Siddhanta.

La mejor manera de aprender yoga bhakti es elegir el mejor bhaktar de entre tu grupo religioso y emularlo. Tú puedes leer acerca de yoga bhakti, comprenderlo intelectualmente y aprender lo que se supone que puede hacer para ti. Eso está bien. Pero para progresar en el camino ascendente por la médula espinal, es necesario ser parte de un grupo religioso. El grupo ayuda al individuo y el individuo ayuda al grupo. Casi siempre existen uno o dos bhaktars verdaderos en todo grupo religioso. Por lo tanto, para aprender yoga bhakti emula a uno de ellos. Esto en sí mismo es olvidarte de ti mismo ya que estas copiando las acciones y actitudes de otra persona. Es cierto que la persona que elijas puede no satisfacer tus estándares en otras áreas de la vida. Pero si en el acercamiento a la Deidad, muestra verdadera humildad, paciencia y entrega completa, sé como él. Si tú te integras a otro grupo Hindú, visitas otro templo o grupo satsanga, elige otro verdadero bhaktar allí y emúlalo también. Esta es la forma de aprender yoga bhakti. El vegetarianismo es esencial para el yoghi bhakti, así como lo es su apropiada conducta cultural y personal en todos los asuntos de la sociedad. La cultura Siavita y un consistente estilo de vida mantienen al yoghi bhakti recordándole de la Divinidad dentro del universo y dentro de sí mismo. A aquellos que no encuentran obstáculos para amar, les es sencillo ver a Dios en todos.

Domingo : Entrega Incondicional

Qué queremos decir con interiorizar el culto? En el culto externo estamos tratando de ver a Dios y comunicarnos con Dios a través de nuestros dos ojos y de nuestro sistema nervioso físico. Nosotros disfrutamos Su darshan y sentimos Su sakti. En meditación profunda, el culto externo es deliberadamente interiorizado y estamos tratando de ver a Dios con nuestro tercer ojo y sentir la omnipresencia de Dios a través de nuestro sistema nervioso físico. Exteriorizar bhakti es realmente mucho más sencillo que interiorizarlo. Pero una vez que el bhakti exteriorizado ha sido perfeccionado, será fácil y natural interiorizarlo de inmediato. Cuando esto se logra, las dificultades más rigurosas y las prácticas de yoga que demandan tiempo, que a menudo conducen a la persona al anava marga, habrán sido obviadas.

Para interiorizar el culto, una vez que el puja se concluye, siéntate frente a la Deidad y lleva hacia ti todos los pranas que sientes alrededor de tu cuerpo. Luego lleva esas energías hacia arriba por la médula espinal hacia la cabeza. Esto se hace con la mente y con la respiración. Es muy sencillo de llevar a cabo. Es especialmente fácil cuando uno está en la terminación de un ciclo de karma mayor. El bhakti de la entrega sin compromiso, prapatti, al Dios, durante un puja en el templo, despierta el amrita. El amrita es la dulce esencia del chakra sahasrara. Es el yugo que nos liga a la Divinidad. Colócate en posición de flor de loto luego del culto en el templo, y simplemente interioriza todos los sentimientos que has tenido hacia Dios durante el culto. Eso es todo. El yoghi unido interiormente disfruta del amrita que fluye desde su cráneo a través de su cuerpo. Los devotos que quieren despertar sus chakras elevados y mantener ese despertar en un sendero seguro, se volcarán a volverse bhaktars incondicionales. Entonces los Dioses de los tres mundos abrirán sus corazones y derramarán sus bendiciones sobre ellos.

Cuál es mi consejo para aquellos que encuentran esta entrega incondicional difícil de imaginar pero que se dan cuenta de que es su próximo paso en el sendero? Ve en peregrinaje una vez al año, lee las escrituras diariamente, efectúa puja diariamente, ve al templo al menos una vez por semana, o más seguido – cumple estas disciplinas, conocidas como los pancha nitya karmas. Este es el sadhana básico de Saiva Siddhanta.

Pero por otro lado, uno no podrá cumplir los pancha nitya karmas si no está cumpliendo con los yamas y con los niyamas, ya que estos son los que moldean el carácter. Debemos poseer un buen carácter para triunfar en yoga bhakti. Por lo tanto comienza por el principio. El apropiado pensamiento produce correcto hablar, que produce accionar correcto. El pensamiento correcto es producido a través del conocimiento del dharma, karma, samsara y de la omnipresencia de Dios. Este conocimiento, comprendido correctamente impide que el

devoto tenga pensamientos equivocados. El simplemente tiene pensamientos correctos, y por supuesto, el correcto hablar y la correcta acción se suceden naturalmente.

Saiva Siddhanta exalta al guru y dice que cuando el estudiante está listo, uno aparecerá. El guru siempre le volverá a exponer el dharma al devoto que tiene problemas con la práctica de yoga bhakti. Siempre dirigirá la mente hacia el principio de las enseñanzas, ya que será obvio que el estudiante no comprende una o algunas de ellas. Si el devoto no se halla siguiendo los pancha nitya karmas o los yamas y niyamas, es obvio que un conocimiento puro de estas cuatro áreas – dharma, karma, samsara y estado de Siva, necesita ser reforzado.

Las prácticas individuales para avanzar en el desarrollo espiritual incluyen postrarse ante Dios, los Dioses y el guru, de cuerpo entero, con el rostro hacia abajo, brazos y manos estirados, y en ese acto, total entrega, entrega, entrega, entrega. En Sánscrito se denomina pranipata, "caer en obediencia." Qué es lo que estos devotos están entregando? Por este acto están entregando las energías bajas a las energías elevadas. Es una unión, una mezcla. Cuando uno lleva a cabo este acto de devoción tradicional, despertar el verdadero prapatti, es sencillo ver las energías bajas desde la base de la médula espinal, el chakra muladhara, elevarse, elevarse por la médula espinal, a través de los seis chakras por sobre él y a través del extremo de la cabeza. Es la transmutación, el cambio de forma de, las energías base que alimentan conflicto y resistencia, "mío y tuyo" y "tuyo y mío," división, inseguridad y separación, en las energías espirituales de "nuestro y nosotros," amalgamación, seguridad, unidad.

Una vez que la entrega de lo bajo es completa – cuerpo y rostro en el piso, las manos estiradas frente a la imagen de Dios, Dioses o guru – esas energías son entregadas a los chakras elevados dentro del devoto, y es un momento de dicha, en la conciencia de "nuestro y nosotros," "nosotros y unidad," y amor inseparable, reclamando su individualidad, no como algo separado, sino como una unidad compartida con todos. De allí en adelante, estos devotos, habiendo sido transformados, son capaces de elevar a otros, de armonizar las fuerzas alrededor de ellos con las que ellos trabajan día tras día, año tras año. Esta entrega total, prapatti, es el significado de Siddhanta. Este es el verdadero significado de Vedanta. La combinación de ambos, y la práctica pura de prapatti, como fue descripta, hace surgir desde adentro los significados profundos de Vedanta, la filosofía Veda, sin tener que depender del sendero de las palabras, las clases y los debates. Una vez se oyó decir a mi satguru, " No se encuentra en los libros, tonto."

22 –El sendero del egotismo

Lunes : Qué es el Anava Marga?

Mucho se ha dicho acerca del sendero hacia la unión con Siva, y mucho queda por decir. Pero la realidad es esta: la mayoría de las personas en esta Tierra están siguiendo por el momento otro sendero, el sendero de la auto-indulgencia, del interés propio y del egoísmo. Sin duda, este es el sendero más popular, y tiene sus propios pandits y maestros, quienes enseñan cómo perfeccionar el camino del ego exterior, cómo perfeccionar la vida mundana, cómo perfeccionar la trinidad del “yo, mi y mío” , cómo perfeccionar la auto-indulgencia. Pero ese no es el camino supremo, que es seguido por unos pocos, por almas maduras. Es importante para los aspirantes, saber que el verdadero camino que conduce a la unión con Siva, tiene muchos desvíos, riesgos y vías de dispersión que atraen a los viajeros que no son cautelosos. Es importante para el aspirante conocer acerca de estos desvíos, ser advertidos, como estoy tratando de hacer ahora, ser cautelosos, ser cautos, ser extremadamente cuidadosos.

A uno de estos desvíos, yo denomino el anava marga, o sendero del egoísmo. Es cierto que no es un camino tradicional, pero es uno muy usado, bien conocido en todas las tradiciones humanas. En efecto tú podrías decir que hay tres senderos no tradicionales, tres margas mundanos: anava, karma y maya. Las dos últimas ataduras: karma y maya, son las primeras en comenzar a disminuir su control sobre el alma a medida que uno avanza en el sendero de la iluminación. Y cuando estos grillos se comienzan a aflojar, el anava, la identidad del ego personal, los pensamientos de “yo”, “mi” y “mío,” deberían también empezar a desaparecer, pero a menudo no lo hacen. Cuando karma y maya se empiezan a retirar, anava se hace a menudo más fuerte, y más fuerte y más fuerte.

El karma marga está presente cuando el alma está totalmente enredada en las acciones y reacciones del pasado y creando nuevos karmas tan rápido, que se experimenta poca identidad personal o egoísmo, como un pequeño bote botando en el vasto océano de la ignorancia, la ignorancia del maya marga. No se habla para nada de este marga en las escrituras Hindú, excepto indirectamente, a pesar de que todos los sabios sabían de sus encantadoras distracciones. Está realmente allí para el alma que está ligada a la ignorancia de cómo conocer karma, dharma, o cualquier cosa que no sea la siguiente experiencia, y la siguiente experiencia, a medida que cada una es ávidamente propulsada hacia él. Aquí el alma se encuentra ligada por karmas, ligada por maya, que le dan la habilidad de ignorar. Ese es el sendero que debe ser dejado cuando el alma se halla en él, el desvío debe ser ignorado y evitado. Un giro abrupto, una decisión firme, lleva esta alma descontenta al anava marga, el

sendero de la identidad personal extrema. La realización aquí viene con “Sí, yo soy una persona en la Tierra con los derechos de todos. No me hallo más ligado ni hostigado por las experiencias. Puedo regular las experiencias, crear nuevas experiencias para mí y para otros. Puedo ser el que controla. Yo soy yo.”

El “yo” se vuelve la realización misma y a veces el fin del camino de los margas karma y maya. El “yo,” esa identidad personal tan importante, tan fuerte, se vuelve la realización del pequeño y limitado “ser”, que aparenta ser un gran y verdadero “ser” para aquellos que han encontrado este camino, que no es el sendero espiritual, sino el sendero de penumbra; mientras que los margas karma y maya son los senderos de oscuridad. Sí, el anava marga es un marga real, un laberinto. Y lo es verdaderamente.

Nos vamos a ocupar de definir anava, ya que una palabra puede ser llegar a ser despachada con demasiada rapidez; el concepto puede ser olvidado. Anava el ego personal, el encontrarse a sí mismo, el ser con minúscula, la identidad personal, el ganar libertad intelectual, son todos clichés modernos. Cuando me hallaba ayudando a devotos a comprender charya marga, kriya marga, yoga bhakti, yoga karma y yoga raja, vino a mi mente que definir anava marga era algo necesario. El contraponer lo negativo con lo positivo, explica mejor lo positivo. Para comprender la esencia pura de la ignorancia, de dónde viene, sus valores, creencias y motivaciones, define mejor la altura de la sabiduría de la cual surge el dharma y las aspiraciones por mukti. Sin embargo, a veces encontramos anava margis, que piensan que son yoga margis.

No podemos avanzar en el sendero sin un lugar de partida. Ninguna carrera ha sido ganada, que no sea aquella en la que todos comienzan en el mismo punto de partida. Para saber dónde nos hallamos en el camino de vida progresando hacia mukti – que es uno los cuatro principios de la vida, dharma, artha, kama y mukti, la unión con Siva – no debemos ser engañados por la ignorancia de qué es lo que anava realmente es, y qué es lo que artha y kama son, la fuerza con que sujetan al alma, impidiendo el dharma y la obtención final de mukti.

Martes : Auto-Preocupación, Auto-Preservación

Las personas que se hallan viviendo totalmente en el anava marga no son religiosos, y si presencian funciones religiosas lo hacen con los brazos cruzados, mirando desde afuera. Sus únicas emociones son para ellos mismos, para su familia inmediata y para amigos, y para estos últimos sólo si prueban serles útiles. Egoísmo y avaricia son dos palabras que describen su estilo de vida. Con su familia inmediata, son protectores, amables y llenos de recursos, siempre que el cónyuge, los hijos e hijas sean productivos y les preocupe de la misma manera el bienestar de la familia. El instinto animal predomina en "Preservemos el nido, la guarida, a toda costa."

El hombre de negocios en el anava marga aparenta ser generoso, da lo suficiente para ser elogiado, adulado y para hacerse de amigos. En proporción a su fortuna, da una miseria. Existe siempre algún apego al regalo, algún favor a ser cosechado eventualmente. El regalo es una compra disimulada. Cuando el anava margi da caridad, siempre quiere adulación, crédito, que su nombre sea mencionado, y si se trata de una gran cantidad, algún tipo de control en el uso de ella. Existen hilos sujetándolo. El puede llegar hasta a mantenerse al tanto por varios años y criticar y armar un lío tremendo si el regalo dado ya sea en efectivo o en objeto, no madura en valor.

En contraste, el devoto de Dios en el kriya marga sabrá que él estaba dando para si mismo indirectamente, y pone su regalo libremente en las manos de aquellos en quien confía. La confianza está siempre precedida de amor. No existe diferencia entre los dos, excepto por el método de seguir al tanto. El anava margi se vuelve la ley. El kriya margi sabe que la ley divina va a trabajar en su favor si él continúa por el camino de la rectitud, mientras que el anava margi tiende a manipular la ley para realizar cada uno de sus propósitos.

Altibajos emocionales son posibles en el anava marga. Cuatro pasos hacia delante, tres pasos hacia atrás, un paso hacia un lado, seis pasos hacia delante, dos pasos hacia atrás, un paso al costado, seis pasos hacia atrás, tres pasos hacia delante, un paso al costado – es una danza increíble. Es un laberinto. Ellos piensan que están yendo a algún lugar. Esta danza de ignorancia no es una de las danzas predilectas del Señor Siva, y sin embargo es definitivamente una de Sus danzas. El la efectúa con una sonrisa y con una expresión desdeñosa, regocijo y una lágrima en Su rostro. En realidad El tiene ahora a la mayoría del mundo llevando a cabo esta danza. La ignorancia se halla igualmente distribuída alrededor del planeta. La habilidad intrínseca de ignorar, en forma consistente y persistente, las verdades eternas del Sanatana Dharma es una de los grandes requisitos del anava marga.

La televisión es una ventana al anava marga. Nosotros vemos profesionales extremadamente exitosos que quizás hayan comenzado

en el anava marga y lo han evitado actuando con arte la representación de gente en el anava marga. Podemos ver en sus ojos, que ellos tienen una vida de búsqueda e inspección, de comprensión y conocimiento, y su magnetismo los mantiene con el público año tras año tras año. Estos son los profesionales. Luego vemos en la televisión anava margis por docenas. Ellos vienen y se van, son contratados y no son recontratados.

Antes del anava marga, existe sólo confusión, pensamientos sin profundidad, deseos que son sólo impulsivos o directos, que no se cristalizan en ninguna clase de concepto que pueda ser manifestado hacia una realización. La confusión surge del instinto de auto-preservación. Todos los instintos animales están vivos en tal ser humano. El no mantiene promesas, no busca esforzarse, es una carga proverbial para la sociedad. La sociedad está compuesta de anava margis, y de aquellos que viven en otros margas. Engaño, robo, asesinato, cólera, celos y temor, son a menudo las ocupaciones y las emociones de aquellos que viven sin una identidad personal, sin un ego bien definido.

Una identidad personal y ego bien definido es el anava, y la búsqueda de su desarrollo es el marga. Cada purusha, alma humana, debe atravesar el anava marga, un camino natural y necesario, cuya culminación es la satisfacción de los sentidos, del intelecto y de todas las complejidades de la acción. Antes de entrar al anava marga, y mientras nos sentimos felices en el anava marga, es que creamos los karmas que serán comprendidos y resueltos más tarde cuando caminamos los margas charya y kriya. Este es el momento en que nos dañamos a nosotros mismos, y más tarde comprendemos la omnipresencia de Siva, las leyes de karma, dharma, samsara. Sí, por supuesto, éste es el momento en que el daño se lleva a cabo.

Miércoles : Temor, Cólera y Oportunismo.

A aquellos que quieren mantener una posición, combinados con aquellos que no quieren mantener una posición, a aquellos que no tienen tiempo para llevar a cabo sadhana, que evitan el peregrinaje anual, cuyas familias no se reúnen en el santuario del hogar, que no leen las escrituras diariamente y que no visitan el templo frecuentemente, o que directamente no van, les está yendo muy bien en el anava marga, según mi criterio. Sus artha y kama están progresando muy bien. El dharma es ignorado y puede que mukti simplemente no acontezca.

Mucha gente en el anava marga lleva a cabo yoga, japa, disciplinas de este tipo, y obtienen a través de ello gran adulación, al mismo tiempo que contactos de negocios. Pero no se gana nada más que unos pocos minutos de tranquilidad y de estar sin compañía. Estos son los oportunistas, la gente que hace mover al mundo de la manera que lo vemos hoy día.

Los swamis son muy apreciados por aquellos en el anava marga, dando bendiciones, amplificando sus deseos; la adulación es sincera pero no es real. El swami es llevado dentro de la familia como figura decorativa, como símbolo de estatus. Ellos no van al ashram del swami a hacer sadhana y a hacerlo parte de su vida. Y si el swami se rebela, preconiza dharma y no les da las bendiciones, en general será abusado. “Te amo, te uso y te abuso” es la metodología de aquellos en el anava marga. Todos los swamis, gurus y sacerdotes conocen esto demasiado bien.

El anava margi mira a Dios a la distancia. El no quiere acercarse demasiado ni alejarse demasiado, vive entre la conciencia baja y la conciencia elevada, entre el manipura, svadhisthana y muladhara y los tres bajos, atala, vitala y sutala, que representan el temor, el enojo y los celos. El no llega al pensamiento confundido. Eso es super-baja conciencia, en los dominios del talatala chakra. El se guía por la razón. Eso es por qué él puede llegar a los otros margas.

Por consiguiente, Dios está a la distancia. El se ve a sí mismo en forma pluralista, separado de Dios, coexistente con Dios. Aquellos que temen a Dios se enojan fácilmente. Ellos le temen a sus mayores. Ellos le temen a su gobierno. Ellos temen desastres inminentes y les temen a las enfermedades. Dios es simplemente otro ítem en la larga lista de cosas que ellos temen. Ellos no se hallan en el sendero del desarrollo espiritual. Sus chakras elevados sueñan benévolamente, esperando que la conciencia los explore. Solamente cuando uno comienza a amar a Dios, es que uno se halla en el sendero del desarrollo espiritual. Solamente entonces esta él en la búsqueda. Solamente entonces, su amor por florecer se enfoca en íconos religiosos. Solamente entonces es él capaz de alimentar su amor y volverse un bhaktar y al mismo tiempo una persona religiosa, una

persona generosa. Este es el sendero charya. Del anava marga pasamos al charya marga. Del anava marga pasamos a los pies del Señor Ganesa. El es ahora la guía. El ego personal ha perdido su control.

El anava marga y el pegamento que lo mantiene unido es la ignorancia de los principios básicos del Hinduismo. No hay forma de que uno se mantenga en este marga si uno acepta realmente la existencia de Dios impregnando toda forma, manteniendo toda forma y cambiando toda forma. No hay forma de que este marga pueda ser buscado por alguien que comprende el karma, que ve sus actos manifiestos volver a él a través de las vidas de otros, que ve a sus pensamientos diabólicos secretos atacarlo a través de los labios de otros. El anava marga no tiene este conocimiento. El dharma de un universo perfecto y de una vida ordenada, la conciencia de que "el mundo es mi familia, y todos los animales son mis mascotas" es una idea aberrante para alguien en el anava marga, especialmente si nació en una casta en esta vida. El anava margi aborrece la idea de la reencarnación. Pagar las cuentas de las indiscreciones de uno en otra vida no es lo que concierne a anava. Existe una condición de olvido aquí. Cuando tú renuncias a tu infancia, tú te olvidas de que fuiste un niño. Tú te olvidas los estados de ánimo, las emociones, las alegrías y los temores y todo lo que fue importante en ese momento.

Jueves : La Entrega es la Unica Salida

A través de bhakti intenso y veneración interiorizada se llega naturalmente al yoga marga. La intensidad del bhakti se desarrolla en el kriya marga. Los últimos restos del ego son pulverizados en el charya marga, donde Sivathondu, el servicio desinteresado, es llevado a cabo incesantemente sin pensamiento de recompensa, pero con la esperanza de que el punya, mérito, será beneficioso en el futuro. Es sencillo dejar el anava marga a través de entrega total a Dios, a los Dioses y al guru, junto con seva, servicio a instituciones religiosas. La entrega, prapatti, es la clave. Las enseñanzas de todas las religiones, enseñan entrega a las fuerzas divinas. Mucho sufrimiento, la clase de sufrimiento de una cirugía síquica, gran arrepentimiento, se experimenta en la superposición del charya marga con el anava marga. Los inicios del conocimiento del culto en el templo, las escrituras, arrastrado hacia ellos por un maestro agresivo, más tarde un deseo de reconciliación – todo esto conduce a penitencia, prayaschitta, seguido de sadhana dedicado. Es solamente a través de experiencias muy duras y esfuerzo, búsqueda del alma y toma de decisión, que un marga se curva en el otro o se inclina frente al otro antes de permitir a la conciencia continuar. Un marga tiene que realmente curvarse frente al otro antes de que pueda ser dejado ir. Antes de entrar en otro marga, es una cuestión de entrega, que es dolorosa, sobre todo para personas en el anava marga, para los cuales el sufrimiento es algo conocido.

Cómo puede alguien en el anava marga ser convencido de que existe una mejor forma de vivir, de pensar y de actuar? La palabra aquí es búsqueda. Estamos hablando de búsqueda. Las personas del anava están siempre buscando algo, la satisfacción llega en el anava marga, y hay satisfacción, pero una búsqueda de satisfacción que nunca termina. Tan pronto como detenemos la búsqueda de satisfacción, nos volvemos desdichados, vacíos, nos sentimos insatisfechos y, debería decir, en ocasiones deprimidos. El anava marga es la condición del "yo", del "mi" y del "mío." "Yo quiero, yo doy, yo consigo, yo recojo." Yo, mi y mío son las palabras claves aquí. El verdadero anava margi es el dueño, el que consigue, el que consume, no siempre el que produce, vulnerable a emociones de temor, quien usa los celos como una cualidad para obtener. El enojo es el poder motivador para satisfacer los deseos, estimulando temor en otros. El es un experto en el engaño. El verdadero anava margi que ha perfeccionado su arte, tiene a su entera disposición y emplea las ochenta y cuatro artimañas de las emociones bajas.

Por qué razón alguien podría sentir la necesidad de cambiar a una mejor forma de vida? La palabra "por qué" es lo importante aquí. Ellos se cuestionan, ellos se preguntan, ellos intuyen otra forma de vida. Ellos han observado, obviamente, a otros viviendo una vida más plena, llena con las satisfacciones de sus búsquedas, habiendo dejado el anava marga. Los anava margis se han dado cuenta de la

existencia de charya margis y quizás de la de uno o dos kriya margis. Es la misma fuerza de deseo de búsqueda, la que conduce a la purusha, al alma, hacia el charya marga dentro de Saiva Siddhanta. Yo veo todo esto como un túnel – el karma marga, el maya marga, el anava marga, el charya marga, el kriya marga, el yoga marga – a través del cual el alma madura así como una criatura madura de niño a adulto. El problema es que definir la búsqueda demanda cierto trabajo. Por consiguiente, la entrada a este túnel, para ser un buen anava margi, está un tanto abarrotada y esto es el problema. Para entrar realmente en el anava marga, para definir la identidad del ego, uno debe tener la meta de búsqueda.

Existen dos margas antes del comienzo del anava marga, dentro del reino de profunda ignorancia. Aquí habitan las masas que viven en confusión, los consumidores profesionales que conocen la generosidad de la sociedad, quienes nunca en esta vida manifestarán un deseo, una meta, un pensamiento para el futuro valioso como para ser aceptado en el anava marga. Ellos son los esclavos de los anava margis, aquellos que, como esclavos ellos manipulean sin conciencia.

Viernes : El Pernicioso, Persistente Ego

Anava es el ego personal de uno, su identidad y ubicuidad en el mundo y posición en el planeta. Si sus motivos son apropiados y la posición es lograda a través de buenas obras, no es anava. Pero si ante una alabanza él se da crédito, eso es anava. Anava es la sustancia tramposa de la mente. Está detrás de cada puerta, espiando por cada ventana. Es lo primero que viene al nacer y lo último que se va en la muerte. Para romper con la cadena de anava, la unión con el Infinito más allá de la comprensión en cualquier estado de la mente debe ser completa y final. Y sin embargo, mientras el cuerpo físico se mantiene, el geniecillo anava está aún merodeando en las sombras, diciendo “la alabanza es mejor que la culpa, el nombre debe hacerse famoso, la vergüenza debe ser evitada a toda costa.” Esta es la rutina de anava. Mantiene a la gente atrapada en el planeta en la mente instintiva-intelectual de remordimiento y perdón, a la vez que sufriendo la adaptación a circunstancias que ocurren más allá de su poder de comprensión. El gran fusil que dispara la bala de profundo conocimiento del karma, la segunda bala de la profunda comprensión de las energías universales perfectas, y la tercer bala del camino dharmico de una vida balanceada, mata el anava y trae esa purusha hacia el charya marga, hacia el sendero de los Dioses, el hospital del alma en ese punto. La conquista final del tenaz anava es el último mahasamadhi, cuando los tres mundos cantan, “Mukti ha sido obtenido,” la meta final de la vida que conocemos en este planeta, el unirse a Siva.

Debido a que la ignorancia impregna todo, distribuída por igual en el mundo, uno debe dejar el mundo y llegar a un duomo de sabiduría, una cabeza sabia. El debe transmutar las energías desde el plexo solar – nada lo debe afectar allí – hacia su tercer ojo, ver en el pasado, ver en el futuro, y con esa visión comprender el presente.

Si admitiéramos que existen realmente siete margas, encontraríamos que charya, kriya, yoga y jnana son estados progresivos de completitud, y que el anava marga, en comparación, es un estado estático de vacío. Este sentimiento de vacío es la fuerza que empuja, que motiva el deseo hacia la obtención del sentimiento de completitud. El sentimiento de completitud es, por supuesto, el despertar de los chakras elevados. Y el sentimiento constante de completitud es, por supuesto, el permanente despertar del chakra sahasrara. El sentimiento de vacío diferencia al anava marga de los otros cuatro margas, y es por eso que no es incluido en Saiva Siddhanta, pero tampoco es excluido, ya que el anava mala es mencionado aquí y allá y en todos lados en las escrituras. Con el fin de comprender el ego individual en su lucha por alcanzar totalidad, es que lo delineamos como un sendero que conduce al charya, kriya, yoga y jnana.

El sendero del anava nos enseña qué hacer y qué no hacer. Crea los karmas que serán vividos y encarados en muchas vidas por venir. Y cuando el dharma es finalmente aceptado y comprendido y las pautas de vida religiosas son abarcadas en la experiencia diaria personal de uno, entonces y sólo entonces tenemos la visión del final de este sendero. Así es que definitivamente, el anava marga no es un laberinto sin fin o tierra de nadie. A pesar de ser un estado de ignorancia, es un estado de aprendizaje por experiencia. En la evolución del alma, todo conduce al Sanatana Dharma.

Todo lo que precede a charya, es anava marga. La gente trata de llenar sus vacíos con cosas. Ellos trabajan durísimo por su dinero, pensando, “Cuando pueda comprar este objeto para mi casa, me voy a sentir satisfecho.” Ellos lo compran con el dinero que les costó tanto conseguir. Uno o dos días más tarde, una vez que la posesión ha tenido lugar, la satisfacción inicial de la posesión se desvanece, y la insatisfacción, que siempre ha estado allí, se hace cargo, acompañada por el deseo de la próxima satisfacción, un objeto, o en el caso de la persona intelectual, la próxima idea, grupo de ideas o esfera de conocimiento. No existe satisfacción en la mente instintiva-intelectual. Esta es la forma en que ella es. Esta es la forma en que siempre ha sido y también la forma en que siempre será.

Sábado : Ligado al Sendero

Un poderoso hombre de negocios, un vagabundo de la calle, un científico con alto grado de educación y un campesino sin educación, pueden todos estar compartiendo el anava marga. Este es un sendero de gratificación del ego, o de la gratificación de los egos de otras personas. En estos días, los egos se gratifican alcanzando la dirección de una corporación, conociendo gente importante y reverenciando a líderes de estado. Es en el charya marga donde aprendemos que el pobre y el rico, el poderoso y el que no posee poder, todos son purushas, almas puras, jivas en un cuerpo físico. Y en este marga aprendemos a reverenciar a Dios y a los Dioses. Aprendemos que su hogar, el lugar donde ofician, es el templo, el santuario del hogar y bajo árboles sagrados. Estar en su presencia lo hace sentir pequeño al charya margi. El primer trémulo sentimiento de pequeñez es el primer paso en el charya marga.

Aquellos que aún no tienen éxito en la vida y que experimentan la repercusión de karmas de vidas pasadas, negándoles a ellos cosas, experiencias, seguridad y fortuna, son los despiadados anava margis. Para aquellos que han completado sus dharmas, y su deseo por más ha amenguado – ellos no necesitan más dinero, no necesitan más comida, no necesitan más casas, no necesitan más respeto – el anava disminuye por motu propio, de la misma manera que una hoja vieja de un árbol cambia de color y cae al piso. Ellos entran el charya marga y el kriya marga con respeto y humildad maduros.

Aquel que tiene poco es el que más desea. El se preocupa por las más pequeñas cosas. El deseo instintivo de salvar las apariencias está siempre predominante en su mente, ya que su apariencia es todo lo que él tiene. El no posee nada más. El rico y el poderoso en el anava, puede comprar cosas nuevas, y cuando algo sale mal en la vida, cambian su imagen refugiándose en su dinero, en su lugar y en su prestigio, y resurgen como nuevos. Aquellos completos de anava que han satisfecho y puesto a descansar los muchos deseos de la vida, entrando en los charya, kriya, y yoga margas, obtienen un nuevo rostro espiritual, una luz en la mirada y son incluso colocados en un pedestal más alto que el que tenían cuando eran buscados para contribuir en favor de causas nobles.

Aún al jivanmukta le disgusta la crítica injusta, pero él está atado por su sabiduría a la calidad de no-defensa, justo, injusto, verdadero o falso. "Déjalos decir lo que ellos tengan que decir, y si ello me afecta, me estará ayudando en mi viaje a mi mukti final." El los bendecirá por ello. El anava margi no es como las otras personas en los otros margas, que no saben bien qué pensar sobre este asunto. El anava margi es un prefecto en cuestión de represalias. Esto viene como uno de los poderes o habilidades de vivir en este marga, junto con el engaño y la habilidad de mentir para librarse de una situación. Y

salvar las apariencias, su lugar y su posición, sin importar cuán bajos estos puedan estar, es la meta del anava margi. Por eso, uno nunca debe dirigir a los yoga margis, los kriya margis de vuelta hacia el anava marga ya que ellos mantendrían su visión elevada, dominarían este arte y ganarían siempre. Ellos deben ser dejados solos que persigan su meta.

En el sistema de comprensión del Saiva Siddhanta, los margas progresivos definen el desarrollo del alma individual, o el despertar de los chakras. Cuando uno visita el templo porque quiere, o necesita vivir cerca de uno, él se halla en el kriya marga. Esto no significa que el anava marga no se haya ido o que él haya perdido su identidad personal. Siempre hay un poco de anava con nosotros hasta el momento de mukti. El anava preside a través de los catorce chakras, pero es más expresivo antes de que se despierte el conocimiento de los Dioses y de sus habilidades como ayudantes en el desarrollo espiritual. Tú no te sales del anava marga. El ego individual disminuye lentamente a medida que el alma evoluciona de marga a marga. Nandi el toro representa el ego, la identidad personal, y en un gran templo tradicional Hindú, vemos muchas imágenes de Nandi, que se hacen progresivamente más pequeñas a medida que nos acercamos al sanctum. Esto indica la progresión del alma hacia Dios, o la disminución del ego.

Domingo : Dejando el Anava Marga

El anava aún existe en los otros margas, pero disminuye. Primero comienza con el “Lo voy a hacer todo por mí mismo. No necesito que nadie me ayude.” La satisfacción viene a través de satisfacer cada deseo individual. La auto-preservación es una parte muy importante del ego personal. Pero luego, más tarde, cuando pasos progresivos han sido dados, la identidad espiritual llena el vacío, de la misma manera que el agua llena un recipiente. Sólo que en el momento en que ocurre mukti, el recipiente desaparece. Hasta ese momento, el anava es como brasas ardientes en un fuego apagado. Nueva leña puede ser arrojada sobre ellas. Pueden ser avivadas. Los detractores del movimiento espiritual a menudo tratarán de volver a despertar el anava de su líder y acabar con el movimiento rival creando su caída.

El anava llega con fuerza sobre el Hindú, cuando éste no se halla viviendo al nivel del Dharma Hindú, cuando no lleva a cabo sadhana, cuando no hay deseo por mukti. Cuando él tiene una visión fatalística del karma, cuando su Sanatana Dharma no incluye peregrinaje una vez por año, la lectura diaria de escrituras, puja en el hogar, culto en el templo, cuando él se halla demasiado involucrado en adquirir fortuna, ignorando todas las otras metas de la vida – tenemos aquí los ingredientes de un perfecto anava margi. El estar demasiado involucrado con placeres personales, kama, ignorando artha, no comprendiendo el karma, nos da los ingredientes de un maravilloso anava margi. Cuando se está por demás envuelto en dharma, o en el deseo por mukti, nos encontramos con los ingredientes de un maravilloso karma yoghi, bhakti yoghi, raja yoghi, jnana yoghi. El Hindú normal necesita un balance de todas las metas. No es casual que los sabios Hindú puedan comprender el anava en el ser humano. Sí, por supuesto, ellos mismos pasaron a través de él y se hallan simplemente teniendo acceso a sus pautas de memoria, viendo las acciones de los otros y sabiendo cual será el resultado.

A medida que el alma deja el anava marga y entra en el sendero charya, amor como un capullo comienza a abrirse. El está ahora conciente en el chakra muladhara, viendo hacia afuera a través de la ventana de la memoria y de la razón, al mundo a su elrededor. Su ego personal, que muy recientemente se hallaba bien emplazado en el anava marga, se siente magullado. Ahora tiene que ocuparse de unos serios desafíos – amar a su país, amar al mundo, a la familia, a los amigos. El charya marga lo lleva a hacer penitencia, lo cual lo llevará eventualmente a sadhana, que es penitencia regulada. Sin sadhana, la penitencia tiende a ser espontánea, errática, mientras que el constante sadhana es la regulación de la penitencia. Ahora el alma comienza a perder las ataduras del karma, maya y anava a medida que evoluciona hacia bhakti, amor. Esto es el verdadero Saiva Siddhanta. Este no es un proceso sin dolor. Por consiguiente, el mecanismo protector del temor, que en sí mismo es un proceso de rehuir, está allí mismo para ayudar – en el chakra inmediatamente

por debajo del muladhara. La presencia o la ausencia de entrega espiritual y deseo de servir, muestra si una persona se halla en el anava marga o en el charya marga. Los devotos en el charya marga están esforzándose para evolucionar espiritualmente y alcanzar el kriya marga. Las personas en el anava marga no se están esforzando para nada. Ellos son sus propios maestros auto-designados y continúan con su propio paso. Cuando nos hallamos en el charya marga, tenemos un montón de ayuda de la familia, de amigos y de nuestra comunidad religiosa entera. Cuando nos hallamos en el kriya marga, la entera comunidad Hindú, los ancianos y otros se ubican detrás nuestro para ayudarnos en el camino. Luego, cuando estamos finalmente en el yoga marga, tenemos a todos los saptha rishis ayudándonos. Los satgurus ayudan también, y los tres millones de swamis y sadhus en el mundo nos están ayudando en el sendero en este estadio. Cuando hemos entrado en el jnana marga, estamos trayendo nuevo conocimiento, ofreciendo bendiciones y encarando los karmas que se desatan hasta el mukti.

23 – El yoga del ensalmo

Lunes : La Magia del Japa

Japa es el preludio del yoga raja. Japa establece la unión de Siddhanta con Vedanta a través de la repetición del mantra Aum Namah Sivaya – o Aum Saravanabhava para el no iniciado. Aquellos que han sido iniciados en el sagrado Panchakshara, Aum Namah Sivaya, tienen ventaja, ya que la repetición de este mantra los hará eventualmente ver el perfecto universo de Siva directamente, y ellos en sí mismos se volverán una mezcla de Vedanta y Siddhanta. Los que no se hallan iniciados, están en preparación usando el mantra Aum Saravanabhava, aquietando sus mentes de esta manera, dándose cuenta de la omnipresencia de Siva y viendo que el estado natural de la mente – cuando todos los karmas son suspendidos temporariamente – Satchidananda, es paz, es dicha. Por lo tanto, yoga japa es el preludio de yoga raja y de todas las otras formas de sadhana.

El japa está muy extendido en el Hinduismo, aún más que la meditación. Yoga japa es fácil de llevar a cabo. El no-experimentado puede comenzarlo inmediatamente. Produce ciertos resultados hasta el momento en que ellos se olvidan el mantra, lo cual puede llegar a suceder. Esto puede parecer extraño, pero yo he conocido devotos de gurus que en efecto han olvidado su mantra, incluso después de haber pagado una buena suma para recibirlo. Los inocentes americanos y europeos son los niños huérfanos y adoptados de gurus de la India. Algunos de estos maestros ignorando las diferencias críticas de religión y cultura de sus nuevos y ansiosos devotos, responden llevándolos inmediatamente a japa y yoga raja, esquivando las conocidas iniciaciones y los fundamentales cimientos filosóficos y culturales necesarios para el éxito final. En el caso de devotos de la India, estos cimientos filosóficos y culturales han sido adquiridos en el hogar. Estos cimientos son necesarios, ya que dirigen a la mente subconsciente, que es el motor interno de la persona, evitándole a la persona que oponga, inhiba o invalide las realizaciones que ocurren naturalmente cuando uno practica yoga. Entonces, primero aprendemos la filosofía, luego a través de japa y de yogas más avanzados, la comprendemos. Si llevas a cabo japa y yoga raja antes de que conozcas la filosofía, lo que has aprendido previamente puede entrar en conflicto con aquello que ahora comprendes. Esto puede ser muy desconcertante.

Cuando la filosofía es comprendida en forma apropiada, poseemos pensamiento correcto, hablar correcto y acción correcta, lo que es un comportamiento apropiado. Esto es la cultura. La cultura Hindú es muy diferente de las culturas europeas, que se basan en gran medida en las creencias Abrahamicas. La humildad y la obediencia hacia los mayores y hacia aquellos que son más sabios, son una gran

parte de la cultura Hindú, así como lo es el respeto por el conocimiento y por la sabiduría y por las filosofías más profundas. Por consiguiente, un buen carácter expresado día a día en el individuo que se halla libre de enojo, y de polémicas mentales controvertidas, es el cimiento central para la práctica del yoga.

Una persona que no tenga esa pureza no debe practicar yoga japa, no sea que despierte el conocimiento de sus imperfecciones que es mejor que se mantenga oculto. Ya que conocerlo puede llevarlo a estados de remordimiento, de arrepentimiento temprano – que significa estar arrepentido antes de que uno tenga la estabilidad para enfrentar la reacción de tan tremendo descubrimiento y tarea. Para meditar, uno debe estar libre de enojo, de celos y de polémicas. El yoga karma debe ser practicado por el devoto con anterioridad, de modo de suavizar todas las fallas del carácter. Sivathondu – que es otra palabra que significa yoga karma – servicio a Siva, es la plataforma para yoga japa.

Aquellos que son víctima de episodios de enojo, brotes de celos o períodos de temor, no deben meditar ni llevar a cabo japa. Ellos deben llevar a cabo Sivathondu, asistir a meditaciones grupales y sesiones grupales de pranayama. Esto es debido a que ellos deben primeramente ser elevados al chakra muladhara y por sobre él. Ellos están viviendo por debajo de él y deben elevar sus conciencias para continuar profundamente hacia dentro de ellos. Es el grupo mismo en este caso el que elevará al individuo que no puede elevarse por sí mismo con facilidad. Este proceso debe ser controlado por un moderador compasivo y de mente firme.

Martes : El Japa Abre las Puertas Internas

Aquél que lleva a cabo japa apropiadamente, se dará cuenta de lo que sabe. El japa abre la mente interna y enfoca las energías de ciertos chakras, que son conciencia encerrada dentro de los ganglios nerviosos síquicos de la red nadi. Por consiguiente si es una persona divina, se dará cuenta de esa Divinidad. Si es una persona encolerizable y egoísta, entonces se dará cuenta de eso. Nosotros queremos que se de cuenta de lo primero y no de lo segundo. A través de yoga karma, Sivathondu, la persona encolerizable, con odio, que polemiza, competitiva, se enfrentará a sí mismo a través de una serie de pequeñas situaciones, en las cuales, pequeñas realizaciones tendrán lugar. La naturaleza instintiva y los hábitos, serán corregidos hasta que el individuo es capaz de trabajar sin altibajos por un período largo de tiempo. Nosotros no queremos abrir su mente a impurezas, no vaya a ser que se vuelva deprimido o hasta con remordimientos y suicida. Por lo tanto, yoga japa es obviamente una iniciación que vendrá un tanto más avanzado en el sendero.

En general, aquellos que quieren practicar yoga japa y que tienen impurezas trabajando dentro de ellos, se apartan de mantras repetitivos muy rápidamente, volviéndose un tanto temerosos de lo que pueda suceder si ellos son exitosos. Su propia alma vela por ellos en este estadio temprano. Luego están aquellos que son ardientes, se podría decir fanáticos, que quieren tener resultados en un período limitado de tiempo y no tienen noción de las consecuencias. Ellos trabajan sin cansancio en esto. El guru sabio lo disuadirá de la mucha práctica de mantras intensos y de la meditación a solas, y en su lugar lo alentará a hacer yoga karma, a dar a otros, a trabajar por el simple hecho de trabajar, a servir por el simple hecho de servir, sin esperar recompensas. Meditación grupal y recitación grupal, son buenos en este estadio, así como lo es el culto en el templo, hasta que el proceso de purificación ha tenido tiempo de efectuar su encantamiento.

Abreviando, existen dos clases de Hindúes – una mayoría que rinde culto en los templos sin una formación filosófica, y aquellos que sí poseen esa formación y son activos en su religión, en el discurrimiento de conocimiento elevado y en la meditación acerca de él, sintiendo que no necesitan de los Dioses o del culto en el templo. El Mantra Panchakshara, Aum Namah Sivaya, el centro de los Vedas, es la unión entre los dos, entre Siddhanta y Vedanta, porque hace que la mente se de cuenta de lo que sabe. Cada persona Siddhanta conoce un poco acerca de Vedanta y hace caso omiso a ello. Y cada persona en Vedanta conoce algo de Siddhanta y hace caso omiso a ello. A través de la recitación Aum Namah Sivaya, finalmente te darás cuenta de lo que sabes, incluyendo aquello a lo que hiciste caso omiso previamente, y esto mezcla a los dos – hace a la persona completa. La purusha se vuelve satisfecha viviendo en un cuerpo físico. El jiva se vuelve Siva.

Para lograr los máximos resultados en la recitación de “Aum Namah Sivaya,” es esencial la iniciación, aunque el no-iniciado, puede decir y dice “Aum Namah Sivaya.” Dentro de ellos, no tendrá mayor efecto, pero se producirá algún efecto. Este efecto será más potente y poderoso una vez que tu tienes diksha, habiéndote estudiado y purificado a ti mismo a través del proceso purificatorio del sadhana. Será mucho mejor recitar “ Aum Saravanabhava” en ese momento, invocando al Señor Muruga que traiga a tu vida el guru que te iniciará. Muruga es el primer guru, el primer swami y renunciante. Este es el estadio preparatorio.

Miércoles : El Valor de la Iniciación

A menudo, japa y recitación son la primer introducción del ardha-Hindú o no-Hindú en el Sanata Dharma Un ardha-Hindú es a menudo aquél al cual se le ha dado un nombre Hindú. Es nuestra experiencia, acumulada en los últimos cincuenta años, que el japa que llevan a cabo tiene poco efecto a menos que ellos tomen el total compromiso de volverse miembros incondicionales de la religión Hindú y de formar parte de una comunidad madura. Aquellos que se encuentran manipuleando y encargando mercadería en una tienda, y aquellos que miran a la mercaderá desde afuera a través de las vidrieras, son dos grupos distintos. Ardha significa mitad y ardha-Hindúes son aquellos que han llegado a mitad de camino de hacer un compromiso total y que están aún decidiendo. Ellos están aún mirando desde afuera. El japa que llevan a cabo no tiene mayor poder mientras ellos no traigan otros aspectos de su vida en armonía con el Dharma Hindú.

Para aquél no-Hindú que no ha tomado tal compromiso, el mantra universal Aum es el más precioso e importante de todos los mantras. Este puede ser recitado por aquellos de cualquier religión, sin restricción. Los sonidos de una ciudad producen “Aum.” Un niño al nacer dice “Aum.” La madre al dar a luz dice “Aum.” El último aliento de la persona que está muriendo es “Aum.” Incluso las vacas dicen “Aum.” Aum es el mantra del Señor Ganesa. Todos se esfuerzan por llegar a Sus sagrados pies. Aquellos que están aún luchando con su naturaleza baja, aquellos que no han tomado un compromiso con el Sanatana Dharma, compromiso que para aquellos nuevos en el grupo puede ser verificado por el nombre Hindú en el pasaporte, deben recitar Aum.

Para demostrarles la autoridad investida en el mantra, déjenme contarles una historia. El ministro de una corte fue convocado por el maharajá. El ministro era también un sacerdote brahmin, un kulaguru con el poder dar iniciación en el mantra más sagrado, Aum Namah Sivaya. El rey le dijo, “Quisiera que me iniciaras en el sagrado Mantra Panchakshara.” El guru dijo, “Sí Majestad, comenzaré a prepararlo para su iniciación.” Entonces el rey decretó: “No, llevaremos a cabo la iniciación ahora mismo, sin importar la

preparación.” El kulaguru objetó, “Es imposible. Mi guru me prohibe dar la iniciación sin la apropiada preparación.” El rey le replicó, “Entonces haremos el mantra sin usted. O explíqueme cómo el mantra funcionaría diferente con la iniciación que sin ella.” El kulaguru dijo, “Sí Majestad, le explicaré.”

En vos alta el guru llamó a los cinco guardias entre la audiencia que se había formado, “Guardias, vengan hacia aquí instantáneamente y arresten a este hombre, el maharajá, el ha cometido fechorías. El está exigiendo la iniciación en el grandioso Mantra Panchakshara, sin la voluntad de hacer la necesaria preparación requerida por nuestro noble sampradaya.” Los guardias se mantuvieron quietos en silencio, con los ojos bien abiertos, mirando al maharajá, preguntándose qué hacer. El maharajá perdiendo su compostura al oir el absurdo comando de su ministro, se sobrecogió y pensó “Qué locura ha invadido a este hombre santo?” Entonces gritó a los guardias, “Aquí, rápidamente: arresten a este ministro, este kulaguru que se está comportando de una manera tan insolente contra el trono. Amárrenlo bien y llévenselo.” Los guardias corrieron sin demora, apresaron al guru y lo sostuvieron con firmeza.

El guru se rió y dijo, “Un momento! Yo estaba simplemente contestando su pregunta Majestad. Yo pronuncié el mantra “Arresten a este hombre.” Sin embargo, debido a que yo no estoy iniciado en la corte, no estoy ordenado para tener tal poder, los guardias se mantuvieron sin hacer nada y no respondieron. Luego usted pronunció el mismo mantra “Arresten a este hombre.” Debido a que usted fue preparado muy cuidadosamente e iniciado como rey, los guardias respondieron.” Al oir esto, el maharajá se arrojó a los pies del kulaguru. Los guardias, que habían escuchado la entera conversación, liberaron al prisionero, y ellos mismo tocaron los pies del hombre santo y regresaron a sus puestos. En los meses que siguieron, el maharajá se preparó meticulosamente y recibió su iniciación. Ahora, los tres mundos cooperan con él. Su reino florece, crecen las cosechas, las lluvias vienen cuando son necesitadas, los ríos corren claros y los pozos están siempre llenos, las vacas están gordas, los mangos caen dulcemente de los árboles, los Dioses en el templo dan disciplinas para los súbditos del rey y rishis del Himalaya visitan regularmente el reino dando su sabiduría a cada uno y a todos. Aunque el rey pronuncia , con la apropiada visualización, Aum Namah Sivaya 108 veces al día, algo está faltando: el rey aún no ha obtenido la total y completa realización de Dios. Existe aún una historia a ser contada.

Jueves : Preparación y Propiedad

El mantra es el nombre del ser del plano interno al cual estás llamando. Si tú dices, “Aum Namah Sivaya,” estás tu listo para ver lo que Siva te muestre cuando el velo es descorrido? Quizás un poco de preparación – limpiar algunas cosas, poner en orden la casa, el sótano del subconsciente – se debería llevar a cabo antes. Si tú dices, “Aum Saravanabhava” está tu mente lista para volverse pacífica, o está aún perturbada con ataques de enojo? Toda alma está lista para decir “Aum,” e ir a los pies del Señor de las categorías, que pondrá en orden todo lo que pertenece a muchos ayeres.

Si tú estás en el templo reverenciando al Señor Muruga, el mantra Aum Saravanabhava tiene obviamente un efecto global. Si tú dices “Aum, Aum, Aum” frente a Ganesa, Ganesa se hace conciente de tu presencia. Las Deidades están presentes en el templo. Pueden no estar presentes en el hogar de una persona o bajo un árbol. El principal efecto que el mantra tendrá entonces será enfocar la concentración y aquietar la mente.

Si alguien se halla ya meditando y es autodidacta, no está bajo la supervisión de un guru, y trabajando en vistas a una eventual iniciación para recibir un mantra con el cual efectuar japa, entonces cualquier japa que sea llevado a cabo no debe ser ni mucho ni demasiado intenso. Nosotros sugerimos para el no-Hindú Aum, y para el Saivita no-iniciado Aum Saravanabhava, 108 repeticiones antes de meditar. Esto es completamente sin riesgos y mejorará enormemente la meditación.

Existe la idea de que hay un mantra especial para cada persona, y que el mantra debe ser un secreto. Mi experiencia ha sido que los gurus que están amasando unas increíbles fortunas de desprevenidos americanos y europeos, dan toda clase de mantras. Y ellos serán dados en un contexto que los hace vendibles, como mercadería empaquetada. Ellos serán hechos secretos. Pero ninguno de los mantras tradicionales que producen verdadera realización, que son elogiados y aclamados, son secretos. Ellos son bien conocidos por todo Hindú en el mundo. Cada Hindú a lo ancho del mundo sabe si se ha purificado a sí mismo o no, y si se ha preparado o no, para pronunciarlos aunque los puede pronunciar en cualquier momento que desee, y un impacto y efecto benéficos se manisfetará en su vida. Pero el impacto espiritual de pronunciar un mantra después de haber merecido una iniciación – esto no significa pagando por ella sino ganándola a través de estudio y práctica, de forjar el carácter, mejorando y probándose frente al guru – ese efecto altera la vida. Limpia los karmas de muchas vidas pasadas, perfecciona las vidas del futuro y sienta un cimiento para moksha al final de esta vida o de una futura. Que esto no vaya a ser malinterpretado.

Existen dos clases de mantras, los no poderosos y los poderosos, significando con esto potencialmente peligrosos. El único peligro que un mantra poderoso puede tener es abrir la persona a sí misma. El problema no es el mantra sino lo que hay dentro del individuo cuando los chakras se abren y él puede ver sus karmas del pasado y sus karmas inminentes del futuro. Eso es por lo cual un mantra se da con cuidado, como una prescripción médica. Tú no le das dos aspirinas a un bebe. Le das la mitad de una, o un cuarto. Y así como el cuerpo de un niño lleva años para crecer, de la misma manera le toma tiempo a la mente y a las emociones. Si los años tempranos del adulto son en entrenamiento y purificación a través de yoga karma, yoga bhakti y el estudio de Vedanta, entonces no hay dificultades en el sendero a la iluminación. Encender una luz en una habitación oscura con un movimiento de la perilla de luz, es un gran conmoción para la misma oscuridad de la habitación. Queremos acaso que esto suceda con el individuo en el sendero? No. Queremos ir pasando muy lentamente por penumbras de modo que la persona pueda adaptarse gradualmente al brillo que siempre estuvo allí.

Muchas personas quieren iniciación porque quieren escapar de algo. Ellos quieren algo que cure sus enfermedades. Otros no saben lo que quieren. Ellos se hallan perturbados, angustiados con sus karmas prarabdhas, y quieren alivio. Lo que se les debe dar es Saiva Siddhanta – un sendero integral de logro. A ellos no se les debe dar un mantra poderoso, que cuando abre la mente, causará más frustración y perturbación debido a lo que la persona ve. Pero una vez que esa iniciación fue dada – sin poseer herramientas, ya sea mentalmente, emocionalmente o físicamente, para conquistar los karmas pasados que las emociones de la experiencia se hallan intensificando (las cuales debían haber sido dominadas a través de yoga karma y yoga bhakti) – la persona cae en desesperación. Es la responsabilidad del guru concienzudo, proporcionar un entrenamiento continuo y progresivo antes de la iniciación y continuarlo luego. Aquellos que se ganan la vida vendiendo mantras deberían ser considerados fraudulentos bajo standars tradicionales Hindú.

Viernes : Lo Esotérico del Japa

Conocer el significado del mantra es muy útil cuando el devoto lo visualiza al mismo tiempo. Entonces él sabe también cuándo alcanza la meta que el mantra se supone debe producir dentro de él. Ya que la mayoría de los mantras son en Sánscrito, es suficientemente fácil encontrar el significado en un diccionario Sánscrito. Debemos recordar que los primeros mantras fueron dados en el lenguaje hablado por la gente. Los mantras en Sánscrito fueron dados a las personas que hablaban Sánscrito. Sin embargo, los mantras pueden ser dados también en otros lenguajes sagrados antiguos. Es simplemente que el lenguaje Sánscrito se relaciona con la evolución del ser interior, lo que muchos otros lenguajes no hacen en demasiada medida.

El japa es un sadhana, y todo sadhana es repetitivo. Japa es tomar unas palabras como mantra, y repetirlas una y otra vez para control de la mente e iluminación personal. Esto atrae seres benignos en el plano astral y fortalecen el aura protectora del individuo que efectúa japa. No hay razón para pensar que el efectuar japa afectaría el mundo astral de una u otra manera, excepto por acarrear bondad, compasión y admiración de los seres de allí hacia el devoto que lleva a cabo esta disciplina.

Namah Sivaya Aum y Aum Namah Sivaya han sido revelados para apertura espiritual. No son para usos mágicos. Tampoco es la intención del japa la de curar u otros objetivos en el reino físico.

Los mantras para japa son en general cortos, pero no siempre. El Mantra Gayatri, que consiste de trece palabras, es un ejemplo de un mantra considerablemente largo. Es cierto que los Budistas japoneses recitan " Aum Namo Myoho Renge Kyo" para triunfar, para empleos y salud, pero esto no es japa en la comprensión del Hindú. Esto está más en línea con la afirmación. El japa es muy cercano al yoga raja. El japa lleva a la renunciación espiritual, yoga raja lleva a la iluminación, estimulando los chakras de la cabeza. En la tradición Hindú, el japa nunca se utiliza para pedir por cosas materiales. Los Hindú piden por bendiciones materiales, salud y abundancia, pero no a través de mantras o de japa. Para esto ellos se vuelcan a oraciones, canciones, y rituales que estimulan los chakras de la voluntad, de la razón y de la cognición, dándole al que efectúa el culto, vigor físico, emocional y mental para atraer los vienes mundanos a sus manos. En resumen, japa es la repetición de unas pocas, importantes y bien definidas palabras sílabas o sonidos (llamados bija) religiosamente, para despertar la naturaleza elevada.

De dónde vinieron los mantras? Los místicos slokas vinieron de los rishis de tiempos antiguos, quienes mantenían conversaciones con los Mahadevas y devas de los mundos interiores. De esto, ellos desarrollaron ciertos rituales que pueden, cuando se llevan a cabo

apropiadamente, crear ciertas causas en el mundo físico. En el lenguaje inglés nosotros a veces llamamos a estos afirmaciones. Una afirmación, de acuerdo a lo que hemos presentado en nuestras enseñanzas, es generalmente para una mejoría propia.

Uno le está hablando a su propia mente subconsciente. Sin embargo, aún en el lenguaje inglés, se efectúan rituales que invocan a fuerzas espirituales de la religión. Pasa lo mismo en Hinduismo, el Sánscrito es el lenguaje más aceptado de todos, de acuerdo con las jerarquías Hindú de los tres mundos.

Debido a que cada sonido tiene un color y crea una forma en el plano astral, cuando es pronunciado, el mantra debe ser pronunciado correctamente, lentamente, con pensamiento, con sentimiento, viendo mentalmente el color, escuchando el sonido mentalmente. La forma ideal de llevar a cabo japa 108 veces es también escuchar el nada-nadi sakti, el sonido de tono agudo "iii" que uno escucha dentro de la cabeza cuando uno está en un estado de conciencia elevada. Efectuar japa rápidamente, como en una maratón, a veces llamado "japa ametralladora," trae poco beneficio. Si no tienes tiempo para hacer japa, directamente no lo hagas. No debe ser un ritual sin sentido. Debe ser una experiencia con mucho contenido.

Cuando llevamos a cabo japa en voz alta, es más fácil concentrar el pensamiento. El mantra es escuchado y por lo tanto nuestra mente no deambula. Debemos recordar que los beneficios del japa son atenuados cuando la mente deambula en pensamientos irrelevantes. Por consiguiente, nos debemos mantener concentrados. Llevamos a cabo japa, que es un sadhana, para beneficios pragmáticos. No existe otra razón. Por lo tanto, debemos mantener nuestra mente en lo que estamos haciendo. Visualiza los colores apropiados que produce el mantra de un estadio al siguiente. En Saravanabhava Aum, visualizamos celeste que se esfuma en blanco y que vuelve a celeste, y así de uno a otro – "Saravanabhava Aum, Saravanabhava Aum, Saravanabhava Aum." Azul es el color del akasa, el éter, y Saravanabhava te lleva allí. Una vez que el japa es perfeccionado en voz alta, puede ser hecho en silencio, simplemente moviendo los labios pero sin pronunciar sonido, y luego produciendo el sonido internamente pero sin mover los labios. El máximo logro de la llevada a cabo de japa es el yoga de ir a dormir mientras se pronuncia el mantra verbalmente y mentalmente, lo que continúa durante las horas de sueño. Al despertar, el mismo mantra está aún siendo repetido, mentalmente, y luego verbalmente, sin solución de continuidad. Este es un logro muy difícil, pero ha sido alcanzado.

Sábado : Obteniendo lo Máximo del Japa

Existen algunos que en su exhuberancia espiritual, llevan la práctica de hacer 10.000 o 100.000 mantras por día en su japa, cientos de miles por mes, millones por año. Esto es muy beneficioso bajo la dirección de un guru que supervisa el proceso. Muy probablemente le sería dado a un individuo para conquistar orgullo y arrogancia. Si una persona se halla llevando a cabo tan intenso japa sin la guía de un guru, entonces él estaría forzando una situación, usando el mantra y la práctica de japa como una droga, sin mantener un concepto en la mente de los resultados a ser obtenidos o ni siquiera sabiendo si ha obtenido los resultados que debería haber obtenido. Es el guru el que siempre conoce los resultados de la práctica. Pero él nunca le cuenta los resultados al iniciado. El logro nunca le es revelado intelectualmente mientras que el logro no se haya desarrollado desde adentro del individuo, no vaya a ser que el conocimiento intelectual del logro aún por ser obtenido, se vuelva una barrera para la misma obtención.

Cada guru tiene sus propios métodos de iniciación en mantra, de su propio sampradaya. Es una escuela de enseñanza verbal. Y aún más importante, la preparación debe ser obtenida y mantenida de modo de convencer a un guru ortodoxo que el compromiso es suficientemente fuerte para mantener la iniciación beneficiosa. La iniciación de un guru ortodoxo comienza con el proceso de aprendizaje. No es el final de un proceso de preparación después del cual el devoto es dejado al albur de sus propios recursos una vez que él ha pagado los honorarios. Hay muchos gurus ortodoxos en todos los países del mundo. Elige a tu guru con cuidado observando a los devotos a su alrededor y a lo que ellos han logrado. Si el tiene una preparación de entrenamiento previa a la iniciación, condiciones a cumplir – tales como vegetarianismo, estudio de las escrituras, el llevar a cabo ciertas disciplinas en un seleccionado período de tiempo – si él no recibe ningún honorario por la iniciación, mas que un gratuito dakshina a posteriori – con la cantidad dejada a criterio del devoto, una ofrenda de amor, o una contribución hacia el pago de un puja a ser oficiado en el templo por un sacerdote – y si el proporciona entrenamiento y educación en las escrituras y culturales, continuos y más intensos después de la iniciación, preparando al devoto para el próximo estadio de iniciación, entonces tú tienes un satguru tradicional.

Para obtener el máximo beneficio llevando a cabo japa sadhana, mira en el calendario Védico Hindú, panchangam, y elige los días yoga amrita. Estos son los más auspiciosos. En segundo orden los días yoga siddha. En cualquier día, el tiempo más auspicioso es durante gulika kala. Estos son momentos en que las fuerzas del universo – esto significa el universo entero, y más especialmente nuestra galaxia – estimula desarrollo espiritual. Por supuesto que la diaria experiencia de 108 repeticiones se debe mantener. Cualquier

intensificación de esto – 1008 veces por ejemplo – sería mejor llevarla a cabo en una hora y día especialmente auspiciosos. Las horas del día más auspiciosas son antes del amanecer y al atardecer. El mejor tiempo y lugar para llevar a cabo japa es en el templo después del puja, cuando todo está en calma. Este es el ambiente más ideal para repetir japa108 veces y obtener el máximo beneficio. Cuando llevas a cabo japa, respira normalmente. El japa puede ser precedido de práctica de pranayama que te fue enseñada por tu guru.

El japa es una muy buena preparación para la meditación. Y tú meditas en el mantra a medida que efectúas el mantra. Tú puedes meditar sobre el mantra sin repetir el mantra internamente. Cuando el mantra está ligado a la meditación, debe ser pronunciado lentamente, de modo que puedas meditar sobre cada una de las sílabas del mantra a medida que lo repites. Tú debes recordar que el japa es la repetición de unas pocas palabras o unas pocas sílabas. Ese es el sadhana del japa. Todo lo demás es otra cosa distinta.

Domingo : Panchakshara es Perfección

Aum Namah Sivaya es un mantra tan preciado porque es el sonido más próximo a aquel que uno puede pronunciar para emular los sonidos que se precipitan desde el Ser hacia la mente. Recitarlo es algo profundo, debido a que es un canal de sonido que puedes seguir para acercarte al Ser en ti mismo – algo así como seguir un río curso arriba hacia ti mismo. Aum Namah Sivaya puede ser equiparado al tambor de la creación de Siva, llamado damaru. Cuando se repite "Aum Namah Sivaya," vamos a través de los chakras, Na-Ma Si-Va-Ya Aum. The Aum es en el chakra de la cabeza. Dentro de Namah Sivaya se halla cada uno de los elementos – tierra, agua, fuego, aire y éter – que en la mente se transmutan en conciencia omnipresente, y ella es también transmutada en el gran chakra por arriba de la cabeza al final del Aum. En la simple respiración, en el espacio de tiempo entre la próxima repetición de "Aum Namah Sivaya ... Aum Namah Sivaya ... Aum Namah Sivaya," los pranas, habiendo alcanzado Parasiva, se repliegan en los mundos espiritual, mental, astral y físico, bendiciéndolos a todos con nuevas energías, nueva vida y nueva comprensión. "Namah Sivaya Aum, Namah Sivaya Aum, Namah Sivaya Aum, Namah Sivaya Aum" es el constante proceso de la vida. Es la esencia de la vida misma. Debemos darnos cuenta que en cualquier momento somos un completo jiva Parasiva-Satchidananda, solo que trabajando en la parte "Mahesvara" – en el jiva volviéndose Siva. Parasiva está allí. Satchidananda está allí. La madurez de la purusha, del jiva, del alma encarnada no está aún. Por lo tanto, Aum Namah Sivaya nos lleva a la realidad por encima y más allá de lo relativamente real. Conocerlo es experimentarlo, y experimentarlo es volverse iniciado.

Yo he llevado a cabo Aum Namah Sivaya por más de cincuenta años. Al comienzo no tenía otro sentido que " Maravilloso, al final tengo mi mantra y la misión dada por mi guru de llevar a cabo japa regularmente." A medida que el japa progresó, todos los mundos internos se abrieron, todas las puertas de la mente. Todas las fuerzas espirituales fueron liberadas, y la habilidad de controlarlas vino naturalmente. Namah Sivaya Aum lleva la totalidad del individuo al frente y la manifiesta en la vida diaria. Este, el más pragmático de los mantras, se encuentra en el centro de los Vedas, en el himno conocido como Sri Rudram, y Siva está en el centro de Namah Sivaya Aum. Como centro de los Vedas, El mezcla Vedanta con Siddhanta, los fusiona con el fuego de la realización. Por lo tanto, yo y todos los Saiva Siddhantas son una fusión de Vedanta y Siddhanta, con todas las puertas abiertas de comprensión de las catorce ventanas, los chakras de la mente, y aún más que eso.

Mi satguru, Siva Yogaswami ponía gran énfasis en japa, repitiendo el nombre de Siva con concentración y sentimiento. Este gran Natha jnani explicó, "Que no olvidemos que el mantra es vida, que mantra es acción, que mantra es amor, y que la repetición del mantra, japa,

impulsa la sabiduría desde el interior. Yoga japa es el primer yoga que se debe llevar a cabo con la meta en jnana. Lleva a cabo japa en el templo. Bajo el árbol sagrado, lleva a cabo japa.Yo llevé a cabo japa durante toda mi vida como sadhana silencioso, y ahora me es automático.” Siva Yowaswami ordenó a sus discípulos: “Utilicen cuentas de rudraksha, repitan el Panchakshara, dejen que vuestros corazones crezcan suaves y que se fundan. Reciten las cinco letras, y en amor descubrirán la voluntad de Siva. Reciten, así las impurezas, las ansiedades y las dudas son destruídas. Todos aclamen Namah Sivaya.

24 – El universo de la mente

Lunes : El Ser Interno y el Ser Externo

Un pensamiento popular que prevalece hoy día, es que poseemos una mente externa que se debe rehuir, y un ser interno que debe ser alcanzado. Yo veo a las áreas internas de la mente y a las áreas externas de la mente como una misma, una totalidad integrada, una totalidad de la mente. En mi vida personal me he probado esto a mi mismo una y otra vez, por más de cincuenta años.

El universo interno de la mente es formidable. Es más extenso, más complejo y más organizado que cualquiera de los universos que podemos ver con nuestros ojos físicos. Las áreas superconcientes de la mente, profundamente dentro de cada uno de nosotros, son más avanzadas que las cosas externas del mundo consciente material.

Por ejemplo, este planeta, Tierra, comenzó de una manera sencilla. El mismo ser humano lo ha hecho extremadamente complejo. El ser humano ha adicionado al planeta todos los edificios, los sistemas, las leyes, las ciudades, los países, los estados. El ser humano ha hecho todo esto por si mismo. Muy a menudo digo con humorismo, "Los dioses crearon el cielo y la Tierra y el ser humano los decoró." El ser humano está descubriendo cosas nuevas en el mar y en el espacio exterior. Todos los nuevos descubrimientos están siendo registrados en su mente subconsciente. Solamente a través de sus profundas facultades perceptivas, que residen dentro del área interna de su mente, es el ser humano capaz de asimilar estos nuevos hallazgos, relacionarlos con descubrimientos del pasado y con condiciones del presente y mantener una visión panorámica desde la cima de la montaña, de todo ello. Pero si el ser humano no tiene despierta esta facultad perceptiva profunda, intuitiva, se vuelve confundido por estos nuevos descubrimientos y temeroso de su futuro.

Sólo aquél que ha despertado interiormente, que está vibrante, vivo y que tiene un deseo ardiente de conocer, de ser creativo con ese conocimiento, está conforme y en paz consigo mismo y con el mundo en general. Ya que cuanto más conoce acerca del mundo exterior, más descubre desde su profundo interior, a medida que pasa este conocimiento a la generación actual, la cual a su turno la pasará a la generación que sucede, de una manera sistemática y organizada. Muchas almas iluminadas, hoy día en la Tierra, manejan de esta manera el conocimiento adquirido desde las áreas externas de la mente y el conocimiento adquirido desde las profundidades del propio ser. Para llevar a cabo esta actividad mental, uno no tiene por qué poseer inclinaciones místicas. El místico es aquél que vive dos tercios en su interior y un tercio en las áreas externas de la mente.

Una persona que vive dos tercios en la mente externa y sólo un tercio dentro de sí misma, no es clasificada como místico. Veamos al tercio de la mente interna en el cual está viviendo. Este puede ser un mundo interno encantador o un área muy trágica de la mente. Esto depende del carácter del mismo individuo, de la naturaleza de su evolución y de cómo se conduce en la vida diaria. Aunque él vive sólo un tercio internamente, destellos intuitivos pueden penetrar las paredes externas de su conciencia, de manera suficientemente fuerte como para cambiar la historia y el curso de la humanidad.

Martes : Las Tres Facetas de la Mente

La totalidad de la mente es vasta y complicada. Sin embargo, es útil ver la totalidad de la mente en tres facetas: la instintiva, la intelectual y la intuitiva. Es sencillo tomar conciencia y experimentar la mente instintiva. Esta incluye los impulsos de nuestro cuerpo físico, nuestros antojos, nuestros deseos, nuestro sistema digestivo y nuestro mecanismo emocional que trabaja a través del cuerpo físico. Los sistemas de eliminación y el de la circulación de la sangre y el de regulación del pulso, están todos dentro de la mente instintiva. Esta faceta de la mente funciona automáticamente, o instintivamente. Está tan viva en el reino animal como entre los humanos.

Unicamente el ser humano desarrolla la mente intelectual y es responsable de su composición a medida que vive a lo largo de su vida. Esta faceta es una mezcla de los deseos y antojos instintivos acoplados con el conocimiento que ha obtenido de otros y por sus propios descubrimientos intuitivos. Dentro del intelecto del ser humano, él organiza una extensa cantidad de conocimiento que comienza a acumular desde temprana edad. Noventa por ciento de este conocimiento se ocupa del mundo externo y de la mente misma. El intelecto puede consumir la mayoría del tiempo de un ser humano en una encarnación, y usualmente lo hace, vida tras vida.

La faceta intuitiva o superconsciente, es aún más compleja, más organizada, más refinada que la faceta instintiva o la intelectual. Es conocida místicamente como la mente de la luz, debido a que cuando uno se halla en este estado mental, puede llegar a ver luz dentro de su cabeza, y a veces a través de la totalidad de su cuerpo físico, si su visión interna está suficientemente desarrollada. De los contrario, él simplemente se empieza a sentir bien en totalidad, a medida que la energía actínica impregna su sistema nervioso. Cuando le llegan destellos intuitivos, él sabe qué es la siguiente cosa a hacer en una actividad creativa. Esta es el área superconsciente de la mente. Cuando la persona es extremadamente perceptiva, formidablemente creativa y cuando el conocimiento parece llegarle desde el interior de sí mismo espontáneamente, esa persona es un ser superconsciente.

La palabra instintivo es un término que algunos pueden comprender, y que a otros puede ofender. No debe ofender. Simplemente significa “natural o innato.” Denominando a los impulsos que comandan el mundo animal, el de los aspectos humanos físicos y astrales bajos. Por ejemplo, autopreservación, procreación, hambre y sed, así como los sentimientos de angurria, odio, enojo, temor, lujuria y celos, son todos fuerzas instintivas. Ellos son muy reales tanto en los animales como en los humanos. Cuando la mente funciona instintivamente, esta está controlada por las impresiones de hábito hechas en el

subconsciente durante su viaje a través de las experiencias de la vida. Instintivo también significa que la fuerza impulsora viene de la naturaleza sexual. La naturaleza es llevada en esa dirección subconscientemente, aunque la mente consciente puede no conocer este hecho. También significa que en el evento de una emergencia, la naturaleza animal tomará control completamente, siendo desatada debido a la falta de lo que yo denomino "control mental," o de lo que puede ser llamado auto-control.

Miércoles : El Intelecto y la Mente Instintiva

Los primeros pasos en el sendero espiritual consisten en aprender a controlar estas tendencias e impulsos y a transmutar sus energías hacia una naturaleza más elevada. Pero no debemos pensar que la mente instintiva es algo "malo," ya que ella controla las facultades básicas de percepción y de movimiento, de digestión, de eliminación, de pensamiento y emoción corriente y las muchas otras funciones vitales del ser físico. Los animales, aves, peces, reptiles e insectos son personificación de la mente instintiva. Ellos reaccionan inmediatamente al cambio, viviendo principalmente en las áreas del temor. Sus fuerzas instintivas son sustento, sexo, cobijo y seguridad para su progenie y para ellos mismos. Son estos instintos los que presentan para los seres humanos las mayores dificultades de ser manejados. Ellos son, para las personas, el origen de todos los deseos de todos los enredos dentro de las cuatro áreas - sexo, dinero, alimento y ropas – que nosotros capturamos en una palabra, deseo. Sí, es el deseo lo que impulsa a la humanidad hacia delante.

La mente instintiva también tiene dentro de ella varias fuerzas: la fuerza del temor, la fuerza del enojo, la fuerza de los celos y la fuerza dinámica de la auto-preservación. Es lo que es – instintiva. Es impulsiva e inmediatamente reacciona a todas las situaciones. El pensamiento es una gran fuerza en el desarrollo del intelecto, su mayor enemigo es la intuición, la mente del alma, que guía a los seres humanos a salir de la ciénaga de la naturaleza baja, hacia la naturaleza sublime.

Muchos de nosotros encontramos que el intelecto es una gracia salvadora cuando nos referimos a la transformación de la naturaleza instintiva en algo más sustancial. Nos esforzamos constantemente por expandir nuestro intelecto, incrementar nuestro conocimiento, gobernar la mente con pensamiento organizado y controlar nuestras emociones reprimiendo la naturaleza instintiva. Esta es la forma de incrementar la justificación de la persona por aquello que ha pasado por delante de la "ventana" de la mente y que no fue agradable para el intelecto, siendo la justificación, que el intelecto no ha adquirido conocimiento suficiente como para contener a la naturaleza instintiva.

Mientras la mente instintiva jala con gran fuerza al individuo, la mente intelectual tiene a menudo absoluto control. Una persona intelectual podría pasar esta explicación a través de su intelecto, y ser capaz de explicarla de una manera mucho mejor que como la estamos desentrañando aquí, relacionando una cosa con otra, de una manera exquisita y sin embargo derivando de las conclusiones absolutamente nada para mejorar su propia vida. Al día siguiente, su interés mental estará en algo distinto.

Jueves : Intelecto e Intuición

Los místicos nunca degradan o menosprecian el razonamiento intelectual. El intelecto no es malo. Es bueno y es necesario cuando se lo utiliza correctamente. Por otro lado, ellos no lo elevan a una categoría muy alta, ya que saben que no es la totalidad de la mente, es solamente una faceta de la mente. Las facetas instintiva, intelectual e intuitiva definen a la totalidad de la mente. A menudo empleamos los términos “desarrollar facultades intuitivas” y “desarrollar intuición” tratando de dar ánimo al individuo en el sendero, para que trabaje dentro de si mismo en dominar su intelecto, de modo de que pueda en efecto observar la totalidad de su mente intuitiva que ya se halla funcionando.

Para dominar el intelecto – ese conglomerado parcial de pautas de pensamiento y modos de proceder que congenian con la cultura del momento – es necesario en primer lugar observar hacia adentro cómo funciona realmente el intelecto que uno ha adquirido. La observación es una facultad de la mente intuitiva, y este aspecto particular de la observación viene una vez que la meditación diaria se ha mantenido por un largo período de tiempo. Una vez que se despierta un atisbo de éxito en conocer a la intuición y en cómo ésta se diferencia del razonamiento, de los impulsos emocionales y de las pautas preprogramadas dentro del subconsciente, la batalla ha sido ganada. Entonces y solamente entonces podemos mantener este conocimiento y zambullirnos más profundamente en lo inevitable, perdiendo siempre el futuro y el pasado, y aflojando las riendas del intelecto.

Algunas personas dicen que ellas son parte de Dios, que el Espíritu de Dios está en ellas. Nosotros consideramos a la mente intuitiva como esa parte de la vasta mente de Dios – nuestra inspiración. Si has tenido alguna vez una corazonada que ha resultado bien, ésa es la mente intuitiva trabajando dentro tuyo. Ella ha dominado por un momento tu mente consciente he hizo posible que veas en el futuro y que estimaras lo que sucedería. La mente intuitiva es la esencia del tiempo, y al mismo tiempo comprende el tiempo y lo intemporal , su esencia. Es la esencia de espacio, y sin embargo comprende espacio y el no-espacio. Es real, y sin embargo no existe – real sólo cuando es usada, no existente en los dominios bajos de la mente.

La toma de conciencia individual del ser humano es capturada ya sea por el sistema nervioso de la conciencia externa del cuerpo animal que el alma habita como vehículo para vivir en la Tierra, o es capturada por el sistema nervioso celestial. Esto, entonces, es la naturaleza intuitiva, la expresión natural del alma trascendental conocida como ser humano.

Viernes : Los Cinco Estados de la Mente

Al observar la gran inmensidad de la mente, podemos llegar a otra conclusión y decir que existen cinco estados de la mente: consciente, subconsciente, sub-subconsciente, sub-superconsciente y superconsciente. El primer estado es la mente consciente, en el cual llevamos a cabo nuestras diarias rutinas. Cuando la toma de conciencia está en la mente consciente, estamos exteriorizados. Esto significa que nos dirigimos fundamentalmente a través de la memoria de experiencias pasadas, a través de otras personas, de los periódicos y revistas, de la radio, de la televisión o de nuestras emociones. La persona promedio se halla tomando conciencia en la mente consciente desde el momento en que se despierta en la mañana hasta que se duerme en la noche. Eso es lo que la hace persona promedio. Solamente cuando ella se vuelve con inclinación mística, se vuelve conscientemente consciente de algunos de los otros cuatro estados.

El segundo estado es la mente subconsciente, el gran depósito y la computadora de la persona. Este registra fielmente todos los pensamientos y sentimientos que pasan a través del estado consciente, ya sean correctos o incorrectos, ya sean positivos o negativos. Los registra y actúa o reacciona de acuerdo a lo registrado.

El sub-subconsciente, el tercer estado de la mente, es un conglomerado de diversas acciones y reacciones que hemos experimentado en la vida diaria. Es un estado sutil compuesto de dos o más vibraciones de experiencia que se mezclan y forman una tercera vibración. Tenemos una experiencia, reaccionamos a ella. Más tarde tenemos una experiencia similar. Reaccionamos a ella. Estas dos reacciones se mezclan en el sub-subconsciente, creando una reacción híbrida que vive con nosotros por muchos, muchos años.

El cuarto estado es la mente sub-superconsciente. Profunda, refinada y poderosa, filtra los destellos intuitivos de la mente superconsciente a través del entretejido subconsciente. Existen ocasiones cuando tú quieres realmente mucho encontrar una respuesta clara desde tu interior. Sin embargo, al estar tomando conciencia predominantemente en la mente consciente, la toma de conciencia está aislada de contacto directo con la superconciencia. Entonces te empiezas a hacer preguntas de ti mismo. Estas preguntas se registran en el subconsciente. El subconsciente, como una computadora bien programada, comienza a buscar la respuesta correcta de la mente superconsciente. Entonces, de repente, tú sabes la respuesta desde tu interior. Encontrar soluciones a través de percepción o de intuición, es una de las funciones del sub-superconsciente. Es también la fuente de toda verdadera creatividad,

inspiración, comprensión, y perfecta sincronización temporal en los eventos diarios.

El superconsciente es el quinto estado de la mente. Dentro de el existe un mundo dentro de otro y a su vez dentro de otro y aún de otro. Todos los fenómenos místicos y las experiencias religiosas profundas vienen de la superconsciencia. Es la mente de luz, hermosa y extensa. Cuando uno está vivo superconscientemente, se siente feliz, vivo a través de la totalidad de su ser – físicamente, emocionalmente y mentalmente – ya que nuevas energías están trabajando a través de su sistema nervioso. Este estado de la mente está disponible en toda persona. La superconsciencia es la mente de dicha. Es inteligencia pura y extensa. La mente sub-superconsciente es ese aspecto de la superconciencia funcionando a través de patrones subconscientes establecidos.

A medida que aprendemos a identificar estos estados, uno del otro, nos volvemos más sensibles, como el artista que aprende a observar la profundidad, el color y la dimensión en una hermosa pintura. Su sentido del placer es superior a aquél de la persona promedio que simplemente ve la pintura como una pintura linda, sin apreciar las complejidades del color, profundidad, movimiento y técnica.

Sábado : Desarrollando la Superconsciencia

La persona promedio puede tener experiencias sub-superconscientes ocasionales y quizás algún destello superconsciente intuitivo. Su toma de conciencia, sin embargo, no está sintonizada para conocer las complejidades de la forma en que su mente trabaja. Por lo tanto, él no es capaz de diferenciar uno del otro, haciendo que su sentido del placer sea menor que el del místico maduro. Debido a que él no está consciente de los elevados estados de la mente, la persona promedio puede tener su toma de conciencia profundamente en un estado subconsciente de sufrimiento acerca del pasado, por largos períodos de tiempo, y de esta manera ignorar completamente sus destellos intuitivos cuando estos tienen lugar. Como resultado, su habilidad para llevar su toma de conciencia hacia adentro, fuera de los estados externos de mente consciente y subconsciente hacia áreas más refinadas y dichosas, disminuye. Ahora, sadhana se hace necesario para él, para desarrollar su profundidad interior. A pesar de que él no es consciente de estos acontecimientos superconscientes dentro de si mismo y a pesar de que es incapaz de señalarlos y distinguirlos de su subconciencia turbulenta, sus avances superconscientes tienen un efecto sobre la totalidad de su ser. Pero cuando la persona vive exteriorizada en los estados conscientes y subconscientes, todo el placer interno y las habilidades conscientes de ejercitar las facultades perceptivas, están completamente perdidos. El ritual de sadhana diario debe ser llevado a cabo para sofocar la turbulencia tumultuosa de la mente común.

Existen hoy en el mundo muchos místicos que no han tenido un entrenamiento formal y parecen desarrollarse internamente muy rápidamente, simplemente aprendiendo acerca de los cinco estados de la mente, cómo distinguir uno del otro, y cómo mover la toma de conciencia en ellos en forma consciente y sistemática. Ellos participan y disfrutan de algunos de los beneficios de poder experimentar conocimiento directo paso a paso de los cinco estados de la mente – mente consciente, mente subconsciente, mente sub-subconsciente, mente sub-superconsciente y mente superconsciente. Existe una sola mente, y en su funcionamiento, trabaja de la misma manera en todos, como un mecanismo autónomo, correlacionado y que se perpetúa a si mismo. Concéntrate en la mente. Descubre lo que la mente es. Observa tus pensamientos, sentimientos y acciones desde el interior y reconoce que tu mente es tuya para ser usada al punto de que tú controlas tu mente con la voluntad.

Por qué debes estudiar la mente? Porque la simple comprensión es el cincuenta por ciento del control de la mente. Esta comprensión es necesaria para impresionar la subconciencia en forma suficientemente profunda para asegurar una conciencia tal que la fortaleza espiritual continúe llegando desde adentro, desde la superconsciencia a través de la subconciencia. Antes de que podamos meditar, debemos conocer como movernos dentro de

nuestra mente. Cuál es la parte tuya que comprende cómo funciona la mente? Es tu superconsciencia. La subconciencia no puede comprender cómo trabaja la mente, ya que ella es el depósito. La sub-subconsciencia no lo puede comprender. Ella es el depósito colectivo. Tu mente consciente no lo puede entender tampoco, ya que ella es conocimiento dogmático – viendo al mundo a través de los ojos de otros. Solamente la superconsciencia y la sub-superconsciencia pueden concebir cómo trabaja la mente.

Domingo : La Comprensión es Control

Cuando una situación surge, yo observo cómo es que la mente consciente la ve. Luego me pregunto cómo es que mi mente subconsciente la vería. Haciendo más consideraciones, yo me pregunto cómo es que la mente subsuperconsciente se relaciona con ella; luego cómo es que mi superconsciente la ve. A través de este proceso, obtengo una imagen clara de lo que sucedió, cómo sucedió, y si yo lo debo tomar seriamente. Tú puedes reaccionar fuertemente a algún acontecimiento, pero cuando lo miras de cerca, ves que no había demasiado por lo cual preocuparse. Es simplemente el subconsciente reaccionando, entonces tu te olvidas. La subconciencia fue el problema. Es tu subsuperconsciencia, comprensión intuitiva, la que lleva a cabo esos juicios.

Recuerda que no hay cinco departamentos separados. Todos ellos están relacionados. La conciencia y la subconciencia trabajan juntas. La sub-subconsciencia aparenta trabajar independientemente de ambas, la conciencia y la subconciencia, pero no es realmente independiente. Es simplemente otro aspecto de la subconciencia. La superconsciencia es nuestra inteligencia pura, vasta. La subsuperconsciencia es un aspecto de la superconsciencia, funcionando a través de pautas subconscientes.

A medida que comenzamos a trabajar con nosotros mismos, nosotros re-moldeamos los patrones que determinan el curso de nuestra vida. Volvemos a moldear nuestra mente subconsciente. Nos comenzamos a identificar con la inteligencia infinita, no con el cuerpo ni con las emociones ni con el intelecto. A medida que nos preparamos para Realizar nuestro Ser en esta vida, ponemos en acción nuevas energías dentro de nuestro cuerpo. Comenzamos a hacer fluir nuestra toma de conciencia desde el pasado hacia el presente, exactamente en el ahora. Esto estabiliza las emociones. Luego, dejamos de poseer los conceptos de que el cuerpo físico o el cuerpo de las emociones es “yo.” Comenzamos a reclamar independencia espiritual y somos capaces de observar a la mente pensando. Volviendo a moldear nuestras viejas pautas de hábito en la mente subconsciente, cultivamos una naturaleza contemplativa y nos volvemos no-violentos en pensamiento y en acción, teniendo la comprensión innata de los ciclos karmicos de los varios estados de la mente. Somos capaces de amar a nuestro prójimo. Nos es sencillo mantener promesas y la confianza de otras personas, ya que poseemos cierta contención. Podemos comenzar a dirigir nuestros deseos y a adquirir un cierto porte interno, que no poseíamos antes, y encontramos continuamente nueva comprensión a través de la meditación.

Para poder meditar, no es suficiente el memorizar los cinco estados de la mente – mente consciente, mente subconsciente, mente sub-subconsciente, mente sub-superconsciente y mente superconsciente.

No es suficiente memorizar los procesos de desenredo de la toma de conciencia y de reprogramación del subconsciente a través de la afirmación, la atención, la concentración y la observación. Debemos estudiar y aplicar estas enseñanzas en nosotros mismos. Debemos dominarlos. Esta es la forma de convertirse en una persona distinta a la que uno es hoy. Cuando simplemente memorizamos, estamos simplemente poniendo otra cobertura intelectual sobre la belleza de nuestra alma.

Rodéate de personas superconscientes, personas que se hallan en el sendero. Estar en su presencia te ayudará, y a ellos les ayudará estar en tu presencia. El grupo ayuda al individuo, así como el individuo ayuda al grupo. Siempre que el grupo sea de una mente coherente, tanto interna como externa.. Ubícate en un buen ambiente, una casa físicamente limpia, ropa limpia, cuerpo limpio, y entre gente que brilla desde adentro hacia fuera. No te rodees de gente que está aferrada a la mente consciente, absorta en celos, odio, temor y en otras cualidades instintivas-intelectuales que causan disputas dentro de ellos mismos y entre ellos. Esto te perturbará y dificultará tu progreso en el sendero espiritual. Si vas a sentarte a meditar, debes seguir las siguientes leyes.

No discutas más con nadie. Un místico nunca discute. La discusión jala a la toma de atención hacia la mente consciente y programa al subconsciente de una manera extraña. Se vuelve entreverado. Luego tiene que ser desenmarañado. Tampoco trates de convencer a nadie de nada. Si le estás hablando a un místico, él comprenderá lo que vas a decir a medida que hablas. A menudo, antes de que hayas hablado, él habrá captado la idea. El es así de agudo. Si estás hablando con alguien que vive profundamente en el intelecto de la mente consciente, él tratará de discutir sin fin. Querrá argumentar mínimos detalles, y el asunto nunca se habrá concluido, especialmente si tú estás en desacuerdo con él.

El místico se siente en meditación y se pregunta, “Quién soy yo? De dónde vengo? Hacia dónde estoy yendo?” El tiene suficiente sensibilidad como para tomar una pequeña flor, estudiarla y conquistar las funciones de distracción a medida que trabaja en mantener su toma de conciencia en atención, como un bien disciplinado soldado del interior, con suprema voluntad en el dominio de esa atención. El místico de este calibre, aprenderá de esta manera a concentrarse hacia adentro, a medida que su suprema voluntad domina sus poderes de toma de conciencia, trayendo el cuerpo del alma a los elementos físicos, de mabera de que su aguda observación interna se desarrolla.

25 – La mente consciente

Lunes : No Empantanarse

Cuando vivimos en la mente consciente, estamos conscientes de las ideas de otras personas. Escuchamos con nuestros oídos, vemos con nuestros ojos, sentimos con nuestros dedos. Estamos inmersos en nuestros sentidos físicos, funcionando instintivamente en lo que respecta a nuestro cuerpo físico. Funcionamos intelectualmente tanto como nuestra educación da, y nos hallamos ocupados y trabajando vibrantemente y vitalmente en el mundo de forma externa. Podemos vivir en la mente consciente y tomar conciencia de esa área de conciencia vida tras vida, tras vida, tras vida y tras otra vida, ya que la mente consciente es siempre cambiante, perpetuada por su propia novedad. Una cosa o idea nos lleva a la otra, y luego a otra y a otra y a otra. Escuchamos a la gente hablar y queremos saber qué es lo próximo que van a decir.

La mente consciente es muy curiosa. Probamos algo y queremos probar otra cosa. Vemos algo y queremos ver otra cosa. Sentimos algo, y queremos sentir otra cosa, y continuamos así, completamente dominados por nuestros cinco sentidos. Esta dominación de los sentidos constituye la totalidad de la mente consciente. Estos cinco sentidos están constantemente activos, a medida que energía fluye continuamente hacia fuera, hacia el mundo externo, a través de ellos. La mente consciente constituye lo que se llama el mundo externo, y el mundo externo es la mente consciente. Todos participamos en crear nuestra mente consciente a medida que vamos por la vida.

A pesar de que la mente consciente es sólo aparente, es muy real cuando estamos en ella, ya que se ensalza aumentándose a sí misma. Este proceso es llamado el intelecto. A medida que conceptos y conceptos parciales se adicionan uno tras otro, la persona promedio desarrolla su intelecto, y si éste no está balanceado por conocimiento interno, mantiene a la persona firmemente en los dominios externos de la conciencia. Muchas personas son entrenadas para pensar, habiendo tenido su mente consciente programada de manera tal, que la mente superconsciente no es nada más que una farsa, no existe para nada, la única realidad es el mundo externo, y gratificar los sentidos externos es el motivo de la vida. Han sido entrenados para creer que cualquier cosa de naturaleza interior o de vida interior es simplemente pura fantasía, imaginación, en lo que sólo la gente con mente débil cree. Mucha gente vive de esta manera, con su toma de conciencia empantanada en la mente consciente – creyendo que la realidad está en el exterior de su cuerpo físico. El objetivo del desarrollo espiritual es trascender la mente consciente hacia la superconsciencia y más allá.

Martes : El Burro y la Zanahoria

Cuando nos hallamos en la mente consciente, somos como un burro con una zanahoria frente a nuestra nariz. Estamos siempre caminando tratando de alcanzar la zanahoria. Nunca estamos satisfechos, nunca estamos felices. El pasto es siempre más verde del otro lado de la verja. No importa cuánto dinero tengamos, queremos más. No importa cuanta ropa tengamos, necesitamos más. No importa cuántos programas de televisión veamos, siempre hay uno mejor por venir. No importa cuantos paisajes hallamos visto, el próximo va a sobrepasar a todos. No importa cuanta comida comamos, siempre hay una próxima maravillosa comida que disfrutar. No importa cuantas emociones hallamos experimentado, el próximo grupo de experiencias emocionales será lo máximo de nuestra vida integra, y estamos seguros de ello. Esa es la mente consciente.

Cuando vivimos en la mente consciente, sólo conjeturamos. Tratamos de adivinar. Nunca estamos completamente seguros si estamos acertados. Por lo tanto, estamos inseguros, ya que la mente consciente sólo conoce lo que ha pasado por ella. Está segura sólo del pasado. Si la persona está dotada de buena memoria, entonces conoce el pasado muy bien. Pero sin una buena memoria, la mente consciente no conoce para nada bien el pasado. Así es que cuando estamos en la mente consciente, tenemos una cualidad predominante y sólida de la cual estamos seguros, y esta es el temor. Tenemos miedo! Tenemos miedo del futuro. Y muchas cosas del pasado nos petrifican, ya que no queremos que vuelvan a suceder. No sabemos bien cómo evitarlas, ya que con nuestra toma de atención presa en las preocupaciones de la mente consciente, nuestras facultades superconscientes están temporariamente cortadas. La mente superconsciente es vista como producto de la imaginación, producto de la superstición.

La mente consciente es el verdadero enemigo, la verdadera barrera, lo que realmente distrae a uno del sendero de la iluminación. Es intrigante. Es tentadora. Nos guía continuamente, vida tras vida tras vida tras vida. Es un maravilloso estado de la mente, sin embargo, en tanto que nuestras facultades superconscientes estén disponibles para que la toma de conciencia fluya hacia ellas de tanto en tanto, y podamos refrescarnos y renovarnos a través de un cambio de perspectiva o un influjo de energía. De lo contrario, la mente consciente es un estado difícil y oneroso de la mente en el cual vivir día tras día. El camino espiritual nos guía fuera de la ciénaga de oscuridad de la mente consciente, y hacia la mente de luz, que llamamos superconsciencia.

Miércoles : La Razón Reina Suprema

Realmente endurece al ser humano el vivir siempre en la mente consciente, ya que el debe crear una caparazón de ego a su alrededor para protección, y eso lo hace insensible y rudo. Una de las mayores influencias protectoras de la mente consciente es el enojo. El enojo hace al ser humano astuta en su pensar, y por supuesto, la cualidad subyacente del enojo es el temor. El está siempre temeroso de algo. Esto es en general algo que puede suceder o que va a suceder. La persona está siempre en conflicto con alguien. Estas son las fuerzas motivadoras de la mente consciente: enojo y temor. La mayoría de la gente vive en la mente consciente inconscientemente.

La mente consciente es el área de la mente donde la memoria y el tiempo son Dioses, y la razón es el soberano supremo. "Si no es razonable, no se puede aceptar," declara la mente consciente, y "Si no lo podemos medir, no existe." Esa es la mente consciente. Es activa. Está viva. La mente consciente se perpetúa a si misma y todos ayudamos a que lo haga. Se continúa ramificándose por su propia novedad. Siempre podemos encontrar en la mente consciente alguna distracción que nos agrade, que nos intrigue, que domine nuestra toma de conciencia de otros estados de conciencia. Y no tenemos que poner mucho esfuerzo para encontrarla.

La meta del místico es controlar la toma de conciencia mientras él se halla en la mente consciente – saber dónde él se halla en conciencia. Cuando él encuentra que está tomando conciencia en la mente consciente, y que los cinco sentidos se han vuelto su soberano, entonces él controla su toma de conciencia dentro de la mente consciente misma. El hace esto de diversas maneras. Una manera es a través del control de la respiración. El aliento es vida, y la vida es aliento. La respiración es el factor controlador de la toma de conciencia. La toma de conciencia viaja en la respiración. La respiración también es un factor controlador de la fuerza de voluntad. La persona debe desarrollar una fuerza de voluntad dinámica para caminar el sendero de la iluminación, así no tropieza ni flaquea, sino que continúa hacia delante sin importar cuán difícil le parezca el sendero.

El místico ama la mente conciente, pero él la ve de la misma manera que el adulto ve los juguetes de los niños. Un adulto no toma muy seriamente los juguetes de los niños, pero el niño si. Medita acerca de esta comparación. Medita también sobre la mente consciente cuando te hallas tomando conciencia en ella. Escribe en un papel, a lo largo de un período de tres días, las distintas áreas de la experiencia diaria a las cuales estás más apegado. Luego medita acerca de esos períodos hasta que eres capaz de ver el mecanismo que hace que la mente consciente parezca ser lo que es. Cuando tú

vives dos tercios dentro de ti mismo, incluso las cosas físicas empiezan a verse transparentes para ti.

Jueves : Como Escribiendo Sobre el Agua

El desarrollo espiritual nos guía a lo largo del sendero hacia el conocimiento iluminado de dónde nos hallamos en conciencia en cualquier momento. Existen muchos métodos a través de los cuales esto se puede lograr.

Elige con cuidado un camino, y mantente en él con mucha lealtad. Para esto se necesita un preceptor, una guía espiritual, que responda a preguntas, que haga surgir preguntas para que tú encuentres las respuestas en tus meditaciones. Es un camino arduo. Las recompensas llegan sólo próximas al final.

Para vivir positivamente en la mente consciente durante cada día, ejercita al menos media hora. Mantén las energías vitales del cuerpo elevadas y saludables. Come sencillo y sigue una dieta vegetariana, alimentando al estómago más que a la boca. Se siempre considerado con los otros y vive sin llamar la atención, casi transparentemente, sin perturbar a tu alrededor, manteniendo tu hogar ordenado y limpio, pasando por una habitación o lugar y dejándolo en una mejor condición que cuando tú llegaste. Busca aire fresco y aprende a respirar profundamente. Sal al sol. Pon en movimiento tu cuerpo físico, camina energéticamente, baila, mantén las energías vibrantes y optimistas. Acércate a la naturaleza. Cultiva tu alimento. Desarrolla un arte o artesanía de modo que las manos están activas y creativas. Por supuesto, estando bien arreglado y atractivo en la apariencia personal, mantiene positivos los pensamientos de los otros hacia ti. Esta es la forma de vivir en la mente consciente. Trata de vivir la vida como si estuvieras caminando bajo la lluvia sin mojarte, o como si estuvieras escribiendo cuidadosamente sobre el agua. Sin crear ondas, sin perturbar, sin crear residuos reaccionarios que deban ser encarados en alguna fecha futura.

Cuando vivimos inconscientemente en la mente consciente, muy a menudo vemos al cuerpo físico como lo que somos. Decimos “Yo tengo hambre,” “Yo estoy feliz,” “Yo no me siento bien,” “Yo quiero ir a América,” o “Yo recién llego a Bangalore.” En vez de “Yo no me siento bien,” queremos decir que nuestro cuerpo físico no se siente bien. En vez de “Yo quiero ir a América,” queremos decir que queremos llevar nuestro cuerpo físico a América. Nuestro lenguaje es un lenguaje de la mente consciente. La perspectiva de nuestro lenguaje está construida para hacer la mente consciente la cosa real, la total realidad del mundo. Desde pequeños hemos sido enseñados que la mente consciente es real y que cualquier otra cosa que no sea esta mente consciente real y sólida, debe ser dudada.

El místico camina en la dirección opuesta. El va en contra de la multitud. El aprende a nadar contra la corriente. Es un poco más difícil para él, pero vale la pena. El que busca la verdad, debe aprender que la mente consciente es simplemente un vasto sueño

creado por muchas, muchas personas que están soñado abiertamente. Ellos están soñando, y todo místico lo sabe. Ellos están formando el sueño por lo que dicen, por sus emociones, por lo que piensan y por aquello en lo que se involucran. El místico sabe que no existe realidad perdurable en el vasto sueño creado por las personas mismas, por sus deseos, por sus relaciones, por sus antojos y por sus inseguridades.

Viernes : Envolviendo el Cuerpo del Alma

Si estuviéramos solos en el desierto, no habría demasiado de la mente consciente presente. Nuestras emociones amainarían. Nuestras percepciones se agudizarían y no estarían atestadas. Nuestros sentidos estarían despiertos. Nuestra realidad sería mayormente una realidad interna. Deberíamos acudir a nuestros recursos internos para subsistir. Pero tan pronto como una ciudad crece a nuestro alrededor, con cientos de personas, experimentamos el desarrollo de una vasta mente consciente, ya que todos contribuyen un poquito a ella. Problemas, proyectos, confusiones y enredos de toda naturaleza se harían valer, absorbiendo nuestra toma de conciencia.

La mayoría de los recursos en los que confiamos previamente serían olvidados a medida que dejamos de depender de nuestra fortaleza e inteligencia innatas. Empezaríamos a depender de un libro de reglas. Nos fiaríamos en lo que algún otro pensó, en lo que se enseñó en las universidades, en lo que se almacena en las bibliotecas, en lo que ha sido legislado por los políticos y promulgado por los medios de difusión. Seguiríamos religiosamente una opinión y desarrollaríamos un intelecto. Y una a una, todas estas capas de la mente consciente cubrirían al alma, haciendo lo exterior más evidente que lo interior.

El hermoso, radiante cuerpo del alma sería cubierto de la misma manera en que si tomamos una magnífica lámpara brillante de luz y pusiéramos trozos de telas sobre ella. Primero colocamos un trozo de tela amarilla sobre ella, una capa intelectual. Entonces uno puede discutir acerca de algún concepto intelectual. Los otros dirían “No te creo.” Y tú dices, “Sé que tengo razón.” Luego pondríamos un trozo de tela rosa sobre la lámpara. Rosa es el color de la emoción y del agrandamiento propio. Quizás nosotros continuaríamos tratando de ayudar a nuestro amigo, y él diría, “Yo no quiero ninguna ayuda. Fuera de aquí.” Podríamos enojarnos con él y colocar un trozo de tela roja sobre la lámpara. Y cuando estamos deprimidos entre todas estas mezclas de emociones, cubrimos la lámpara con un trozo de tela negra. Cuando estamos celosos de nuestro prójimo, colocamos un trozo de tela verde oscura sobre ella. Dónde está la luz del cuerpo del alma, la luz cristalina? Está allí, cubierta temporariamente.

El cuerpo del alma en realidad luce como un cuerpo de plástico lleno de luz. Ustedes han visto maniquís con brazos, piernas, torso y cabeza hechos por completo de plástico transparente. Si tú pusieras una luz dentro de ese maniquí, brillaría. Así es como se ve tu cuerpo del alma, tu psiquis. Le mente consciente se ha vuelto de verdad una realidad para aquellos que tienen capa sobre capa cubriendo el cuerpo del alma. Ellos se hallan viviendo con todas esas emociones vibrando en ellos. Codicia, odio, resentimiento, celos y enojo, están todos completamente vivos en el interior. Sin embargo, emplastadas en el exterior, son hermosas emociones superficiales.

Sábado : Conciencia y Subconciencia

Recuerda, la suma total de la mente consciente solo conoce lo que la ha precedido, lo que ha pasado frente a ella – el pasado, lo que puede recordar. Sólo aceptará aquello que parezca ser razonable. Entonces cuando el proceso de la ida hacia el interior continúa, las cubiertas deben ser quitadas, una tras otra. Los sentidos se deben aquietar, el subconsciente debe ser reeducado. Así es cómo la mente consciente y la mente subconsciente trabajan, de la mano.

La mente subconsciente es como una gran computadora. Responde a la programación que se ha iniciado a través de todas las vidas previas. Nuestras reacciones y pautas de hábito de esta vida forman nuestras tendencias en la próxima vida, y las tendencias de nuestra última vida hicieron nuestras reacciones y pautas de hábito de esta vida. Vida tras vida tras vida, hemos estado programando la mente subconsciente. Ha sido programada principalmente por la toma de conciencia capturada en las emociones instintivas de los sentidos de la mente consciente misma.

La mente consciente puede volverse tan vasta y maravillosa como terrible, así como queramos hacerla. No debe ser temida. No debe ser tampoco ignorada. Debe ser comprendida. La mente consciente es un estado de la mente así como cualquiera de los otros, ya que existe sólo una mente. Nuestra toma de conciencia individual fluye a través de las varias facetas de esa única mente.

La mente consciente es primordialmente una estructura de fuerza ódica. La fuerza ódica es la emanación de fuerza actínica a través del cuerpo físico. Tendencias ocultas, represiones, supresiones y pautas de hábito reaccionario se acumulan en la mente subconsciente y dan un suficiente lastre de fuerza ódica, para que la toma de conciencia esté enganchada con todo aquello de lo que toma conciencia. Estamos entonces en la mente consciente la mayor parte del tiempo, y no orientados interiormente.

Cuando las personas se hallan atrapadas en la mente consciente y creen que es absoluta, ellos creen en términos muy limitados tales como: “Cuando estás muerto, estás muerto. Entonces vive tu vida y obtén tanto como puedas de ella, ya que cuando estás muerto estás muerto, y ese es el fin.” Ellos creen que el mundo externo es absolutamente real, y que cualquier cosa relacionada con una vida interior, es pura imaginación. Viven una vida muy superficial, perpetuada por sus pautas y reacciones de hábito emocional. Ellos se enojan con facilidad. Ellos se ponen celosos rápidamente. Son desconfiados y se vuelven emocionalmente apegados a otras personas, con las que más tarde discuten o pelean. Les encanta que los entretengan. Ellos buscan entretenimiento, tratando de obtener más de cada cosa, de lo que es posible obtener. Su naturaleza de deseo nunca se satisface en su experiencia de la mente consciente.

La toma de conciencia ha sido enredada en los ciclos de deseo de la mente consciente por períodos tan largos de tiempo, que para liberarla y zambullirnos hacia el interior debemos conseguir el dominio de la toma de conciencia a través de la atención y la concentración.

Una vez que la toma de conciencia conoce a la mente consciente y el subconsciente ha sido re-programado positivamente, la atención y la concentración nos llevan a estados superconscientes. Comenzamos a respirar regularmente y diafragmáticamente. Nos volvemos conscientes de una sola cosa por vez en el mundo físico, permitiendo a una sola cosa atraer nuestra atención, en vez de continuar ramificándonos. Esta práctica comienza a tejer la toma de conciencia en estados perceptivos sub-superconscientes.

Domingo : El Significado del Desapego

Tú has escuchado la declaración “Estar en el mundo pero no ser parte de él.” Esto se lleva a cabo a través de desapego. Es una actitud. Es una perspectiva. Lo que realmente importa es cómo mantenemos la toma de conciencia internamente. Básicamente, esa es la única diferencia en los estadios iniciales, entre una persona que se halla en el sendero espiritual y una que no está en el sendero – es cómo se sostiene internamente la toma de conciencia, la perspectiva desde la cual se ve la mente consciente y con la cual se responde.

La mente consciente es creada y ramificada por la misma persona. Es continuada por su propia novedad. Continúa y continúa, y la toma de conciencia puede continuar y continuar en ella. Sólo en esos momentos tranquilos de retrospección, es cuando aquél que vive en la mente consciente se relaja, se vuelve hacia adentro y comprende un poco de filosofía. Esta reflexión da liberación, da un nuevo influjo de energía. El objetivo de estar en el sendero espiritual no es el tener un poco de influjo de energía, sino ser la energía misma, conscientemente. El objetivo es tener la toma de conciencia agarrada a la fuente primordial de vida, y verla y experimentarla como la cosa real, en vez de estar apegado a una colección de posesiones y de recuerdos en el mundo material.

Cualquiera que se halla fuertemente en la mente consciente, tiene un sentimiento de posesión y un sentimiento de temor. Tenemos miedo de perder nuestras posesiones. Poseemos algo. Lo amamos! Lo rompemos! Lloramos! Nuestro sistema nervioso duele cuando las fuerzas ódicas se despegan. Estaba apegado a aquello que poseíamos. El enredo emocional es una función de la fuerza ódica. El mantener la toma de conciencia en estados elevados de la mente no significa que no podamos poseer ninguna cosa. Significa que la amamos más cuando la poseemos, pero que no vamos a apegarnos a ella al punto de que nos volvemos completamente destrozados cuando se va. La comprensión de las fuerzas viene con el desarrollo en el sendero espiritual. Aquél que no se halla involucrado profundamente con la mente consciente, no se halla sujeto a muchas emociones instintivas. El es más una persona real, más él mismo. La mayoría de las personas piensan que la mente consciente es la totalidad de la mente. Pero en realidad es sólo un décimo de la mente total, por lo tanto no debe atemorizarnos de ninguna manera. Tampoco debemos desear apartarnos de la mente consciente. El único apartamiento debe ser para separar la toma de conciencia de aquello de lo que toma conciencia y permitirle remontarse hacia dentro de esa fuente indefinible de la cual manan todas las energías. Zambúllete en la fuente y pierde tu toma de conciencia en ella y alcanza tu meta final.

26 – La mente subconsciente

Lunes : La Forma de la Subconciencia

Qué es tu mente subconsciente? Piensa por un minuto acerca de esto. Date cuenta que todo lo que ha pasado alguna vez a través de tu mente consciente en forma de experiencia, reside ahora dentro de tu subconsciente. No solo eso, sino incrustadas dentro de la estructura celular de tu cuerpo, en el código DNA – uno de los más formidables descubrimientos de la ciencia moderna – yacen todas las experiencias de tu historia genética. La vida, la evolución biológica de tus antecesores, está toda registrada en las hebras moleculares de tu subconsciente, capaz de volver a ser llamadas a la memoria.

En nuestro estudio, nos vamos a ocupar de mucho más que las áreas negativas del subconsciente. Vamos a descubrir que el subconsciente puede ser de gran ayuda en nuestra vida diaria – una vez que aprendemos a grabarlo apropiadamente, y que usamos los poderes latentes en él. Entonces cesa de ser un impedimento del bienestar, y se hace una herramienta valiosa disponible en todo momento y bajo toda circunstancia a medida que progresamos a través de las experiencias de la vida.

La mente subconsciente, así como la mente consciente, tiene una forma propia. La naturaleza de tus experiencias en la vida y la manera en que tu reaccionas a ellas, le dan forma, configuración e impulso. La mayoría de las personas no están contentas con su mente subconsciente. Ellos están aún reaccionando a experiencias tempranas, a ambientes tempranos. Algunas personas incurren en grandes gastos tratando de cambiar la forma de su subconsciente, a través de terapia o de viajes, pero debido a que en ninguno de los dos hay absolución, con el tiempo, ellos vuelven a recrear su subconsciente de la misma manera que antes. Las experiencias de la infancia tienen una influencia profunda en nuestra forma de ser en esta vida, pero estas influencias no son para nada vinculantes. Cualquier actitud, cualquier conflicto de personalidad o bloqueo en el subconsciente puede ser desmagnetizado y resuelto.

Cómo cambiamos la forma del subconsciente? Nosotros lo purificamos resolviendo y comprendiendo esas experiencias que lo crearon. Cómo resolvemos esas experiencias a través de comprensión? Las traemos de vuelta a la luz y las encaramos sin reaccionar. Resolviendo nuestras experiencias reactivas con comprensión, el subconsciente se hace más y más transparente a nuestra visión, y por lo tanto, forzosamente experimenta un cambio positivo. Ser capaz de observar objetivamente las experiencias de uno sin reaccionar, es uno de los poderes que se adquiere a través de sadhana.

Martes : Resolviendo Experiencias Pasadas

Supón que en tu juventud robaste algún dinero del monedero de tu madre. Tu racionalizas, “Ella me prometió una vez darme y luego rompió su promesa.” “Además, yo realmente lo necesito,” agregas. Luego, debido a que tú no te hallas muy contento contigo mismo, empaquetas esta experiencia en algún rincón de tu subconsciente, donde no necesitarás pensar sobre ello. Tú lo reprimes. Pero al día siguiente, tu madre al pasar te menciona el asunto del dinero, y tú reaccionas o vuelves a vivir la experiencia emocionalmente. Te sientes culpable. Como no quieres pensar al respecto, la vuelves a acallar, más profundamente en el subconsciente. Supón que posteriormente en la vida, tu madre se enferma seriamente, y en un estado de ánimo reflexivo, te das cuenta que has estado alejado de ella por muchos años. Mezclado con una acometida de recuerdos sepultados, te encuentras con el incidente del dinero robado.

Por primera vez tú valoras y te das cuenta del sentimiento de culpa que ha persistido, influenciando tu vida en cientos de maneras sutiles, desde ese momento. Bajo la luz de la comprensión, la experiencia de repente se vuelve clara para ti, y te ves a ti mismo como eras en ese momento, objetivamente y sin emociones. Te sientes aliviado y extrañamente elevado, no porque tú fuiste capaz de analizar por qué robaste el dinero, sino debido a que encarando totalmente y aceptandote a ti mismo en esa circunstancia, te das cuenta de que te has expandido más allá de ella en un nuevo campo.

La intuición viaja a través del subconsciente purificado. Antes de que podamos usar la superconsciencia o los dominios intuitivos de la mente, debemos ser capaces de resolver esas experiencias pasadas que pueden aún vibrar en nuestro subconsciente. Date cuenta, sin embargo, que no necesitas buscar represiones mentales. Simplemente encara cada una honestamente, a medida que aparecen naturalmente en la vida. Imagina que estás tratando de llegar a una decisión importante de familia o de negocios. Todos los hechos que necesitas conocer han sido delineados, sin embargo te encuentras frustrado debido a que no puedes llegar a una decisión clara. Cuanto más te concentras en el problema, más oscura parece ser la respuesta. Aquello de lo que tu mente consciente no se da cuenta, es que los problemas de personalidad que tienes con tu superior en la oficina, o con tu cónyuge en el hogar, están nublando el asunto. En un corto tiempo, en una salida de esparcimiento con la familia, cuando no estás pensando en nada en particular, un gran sentimiento de compasión, de perdón y de comprensión brota de tu interior, y en ese mismo instante, esa “idea brillante” necesaria para resolver el problema, te llega espontáneamente.

Miércoles : Un Canal de Intuición

Por qué la intuición llega en este instante? Al estar tu mente descansada y no perturbada, la intuición puede fluir a través de ella sin estorbos. Entonces, también, los elementos de un problema tienen manera de atar cabos en el subconsciente cuando se le permite relajarse. Tus respuestas más acertadas a menudo te llegan después de que has quitado el reflector del foco de tu mente consciente por un tiempo. Este es el superconsciente trabajando a través del subconsciente, haciéndolo sub-superconsciente.

Tú has revelado ahora la clave para vivir una vida intuitiva y productiva. Las personas que viven vidas positivas, tienen metas claras bien grabadas en la mente subconsciente. Ellos a menudo recurren a su mente superconsciente, aunque ellos la llamen de otra manera – percepción, perspicacia, intuición, instinto o sexto sentido.

La mente subconsciente puede parecer un estado de mente muy complejo, como lo aparenta ser cualquier cosa cuando no la comprendemos. A través de sadhana, tú aprenderás a despejar el subconsciente de sus estados anormales de confusión, y aprenderás a cómo mantenerlo despejado, transparente. A través de sadhana tú comprenderás la relación del subconsciente con la mente intuitiva.

La mente subconsciente lleva a cabo muchas, muchas funciones para nosotros. En efecto, sería imposible arreglárnoslas sin ella. Piensa en algunos de los usos del subconsciente – las destrezas que tu banco de memoria adquiere, tales como mecanografía, conducir un auto, tocar instrumentos musicales o hablar un idioma. Tan pronto como cualquier proceso de aprendizaje se vuelve subconsciente, la mente consciente está libre para dirigir su atención a nuevas áreas de aprendizaje. Incluso todos los procesos del cuerpo físico están gobernados por la mente subconsciente. Te puedes imaginar tener que pensar efectuar y controlar tus latidos del corazón, o tu digestión cada vez que disfrutaste de una comida, o en las complejidades de la coordinación muscular? Es solamente cuando nosotros interferimos en los procesos naturales del subconsciente – que son muy inteligentes si se los deja solos – que nos damos cuenta de nuestra dependencia de este estado de mente positivo.

Aquí tienes un ejercicio para el uso constructivo del subconsciente. Antes de dormirte por la noche, decide a qué hora quieres despertarte en la mañana. Visualiza las manecillas del reloj a esa hora, y graba en ti mismo el sentimiento de levantarte a esa hora en particular que has determinado. Luego, inmediatamente antes de dormirte, graba con vigor en tu subconsciente con el comando de despertarte a la hora que has elegido. Con confianza, prevé que tu subconsciente lo hará. No te preocupes, no dudes, no te interrogues – simplemente observa la forma en que tu subconsciente trabaja para ti si tu simplemente lo dejas.

La mente subconsciente es un depósito, la reflexión de todas las experiencias mentales previas. El poder de nuestras decisiones crea nuestras reacciones del mañana. Cuando las reacciones del mañana tienen lugar, ellas programan el subconsciente. Tenemos que cuidar que nuestra programación sea correcta, de modo que los canales a la superconciencia se empiecen a abrir a través del subconsciente.

Jueves : Encarando a los Recuerdos

Cuando una persona finalmente se vuelve hacia su interior, se sienta y se pregunta “Quien soy yo? De dónde vengo? Hacia dónde voy?” Cuál es la primer cosa que descubre? La mente subconsciente, por supuesto.

No temas al subconsciente. No tiene sentido temer al pasado. Si recuerdos surgen del subconsciente como si hubieran sucedido ayer, y tú comienzas a reaccionar emocionalmente e incluso físicamente de nuevo, dite a ti mismo “Bienvenido, bienvenido, bienvenido, recuerdo del pasado. Por Dios, estás sacudiendo mi cuerpo emocional. Yo recuerdo cuando atravesé estos estados emocionales hace años, y estamos reviviendo la película de nuevo. Pero ahora yo estoy en el sendero espiritual hacia la iluminación. Yo soy el Ser. Algún día lo voy a realizar enteramente. Yo solo vivo en este cuerpo físico. Yo uso estas emociones, pero yo no seré usado por ellas. Ellas son mis herramientas. Entonces, aquí tienes, mi estructura de recuerdos, tratando de hacerme sentir de la misma manera que lo hice hace cinco años, antes de que yo re-programara mi subconsciente y despertara espiritualmente. Oh, recuerdo del pasado, me has puesto bien a prueba. Gracias.” Luego, como un buen secretario, escribe en un papel todo lo que puedes recordar acerca de esas experiencias que se han presentado en tu visión, y quema el papel cuando hayas terminado. Escribe toda la experiencia a la cual estás reaccionando emocionalmente.

La quema del papel sirve tres propósitos. Primeramente, es un símbolo para tu subconsciente de que no vas a reaccionar más a ese problema en particular. A través del acto de escribirlo, tú lo has quitado del subconsciente. En segundo lugar, quemar el papel significa que ninguna otra persona lo va a leer, lo que podría causar otros problemas. También significa que a través del acto de quemar recuerdos subconscientes, los has disipado para siempre.

Cuando comienzas a meditar, tú te vuelves agudo y suficientemente perceptivo para comenzar a ver dentro de ti mismo. En ocasiones verás dentro del área subconsciente y comenzarás a revivir el pasado emocionalmente. Esto significa que muchos de los predominantemente fuertes recuerdos y estructuras reaccionarias del pasado te amenazan, uno tras otro, y puede ser que comiences a reaccionar a ellos de nuevo, emocionalmente y hasta físicamente. Estas no son experiencias reales. Es solamente una capa del subconsciente exponiéndose frente a tu visión externa, indicando que es necesario una reprogramación. Maneja cada una de estas capas dinámicamente. Da la bienvenida a los pensamientos y a las emociones que los acompañan, de manera acogedora. No les temas ni sientas pesar, y ciertamente, no te critiques a ti mismo por tenerlos. Simplemente quítalos de tu subconsciente escribiéndolos y quemando el papel. La reacción va a disminuir, pero el recuerdo

permanecerá como educación basado en la cual tu puedes tomar decisiones para el futuro, evitando entonces el mismo problema.

Viernes : Nunca temas al Pasado

Generalmente la gente comienza a meditar y lo hace bastante bien en el comienzo, ya que su gran deseo de desarrollarse espiritualmente los impulsa hacia adentro de ellos mismos. Pero cuando la mente subconsciente empieza a sacudir sus capas – como debe suceder naturalmente para que el proceso de desarrollo continúe más allá de un estadio elemental – los meditadores se vuelven temerosos de mirar a la estructura subconsciente de su pasado aparentemente no demasiado perfecto. Para evitar encarar a sí mismos, ellos dejan de meditar y el subconsciente se sosiega. El una vez meditador, retorna más plenamente a la mente consciente y se vuelve a distraer para olvidar "esas cosas terribles." En su momento, el pasado recordado parece ser terrible porque las impresiones son fuertes, magnificadas por sensibilidades que despiertan a través de la meditación. Por muchos años sucesivos, se puede oír al que fue una vez meditador, decir "Me gustaría meditar, y a veces lo hago, pero en realidad no tengo tiempo para meditar." Lo que él en realidad está diciendo es "La mayor parte de mi tiempo es usada en distraerme de modo de que no tengo tiempo de meditar y así no tengo que encarar mi problemático subconsciente."

En el camino de la iluminación tú tienes que encarar todo lo que ha ido a tu subconsciente, no solo en esta vida sino lo que se ha registrado en vidas pasadas. A menos que lo hagas, nunca alcanzarás la Realización del Ser. Tu obstáculo final será la última área subconsciente que temías encarar, amenazándote en forma de temores, miedos que te gustaría apartar, esconder, de modo que ni tú ni nadie más los puedan ver.

Oír acerca del Ser es una gran bendición, ciertamente, pero desear Realizar el Ser significa que en esta vida y en vidas pasadas tú has pasado por todas las experiencias que esta conciencia de la Tierra puede ofrecer. Tú has tenido todas las muertes y todas las experiencias emocionales. Tú has tenido lo bueno y lo malo del mundo y la mezcla de lo bueno y lo malo del mundo a través de todas tus muchas vidas hasta que llegas a la vida en que dices, "Quiero realizar el Ser en esta vida." Ahora entonces comienzas a atar cabos de las experiencias pasadas que no han sido bien resueltas o satisfechas, ya que esos cabos sueltos, son los que te traen de vuelta a nacer.

Sábado : El Mayor Obstáculo de la Meditación

Las cosas que no puedes enfrentar en ti mismo, las aborreces cuando las ves en otro. Para contrarrestar esto, tu amor universal, la plataforma para la Realización del Ser, debe ser despertado en las emociones de la mente instintiva y filtrado hacia la mente consciente. De modo que, cuando meditas y los distintos aspectos de tu subconsciente surgen, encáralos positivamente, re-prográmalos hermosamente, y ellos se reestablecerán como simple estructura de recuerdos, resueltos e incapaces de perturbarte de nuevo.

Si tú ves algo en otra persona, que te disgusta y que te afecta emocionalmente, siéntate y enfréntalo dentro de tu mente subconsciente. El punto doloroso está localizado allí. Si tú sientes que alguien está haciendo algo que tú piensas que no debería estar haciendo, y eso realmente te irrita, simplemente date cuenta que bajo las circunstancias apropiadas, tú podrías hacer la misma cosa, ya que la tendencia a reaccionar a ello está allí en tu subconsciente. Vuélvete hacia ti mismo y reprograma esa área de tu subconsciente con afirmaciones buenas y positivas. Refuerza tu estilo de vida, sé más estricto contigo mismo, usa tu fuerza de voluntad y piensa positivamente. No permitas que un eslabón flojo en la cadena de estructuras de hábito, impida tu desarrollo espiritual ni siquiera por un momento. A veces detectamos los eslabones flojos en nuestra propia cadena, mirando a las vidas de otras personas.

Si tus padres están viviendo el tipo de vida que te destroza los nervios, comienza a darte cuenta ahora que quizás cuando tú tengas su edad vivas una vida similar. El efecto desgarrador que tú sientes indica que las semillas de esa clase de vida están surgiendo, y tú las estás tratando de suprimir, criticando a tus padres, mientras que lo que deberías estar haciendo es hacerte más fuerte a través de compasión hacia ellos.

Una de las más grandes barreras en el camino espiritual es tomar aversión a nuestro propio subconsciente a medida que nos familiarizamos con él. Debemos tener mucho cuidado con este escollo. La mente subconsciente no es un enemigo. Es simplemente una parte muy usada del equipo, que estamos renovando. Si hacemos de la mente subconsciente nuestro enemigo y andamos avergonzados, preguntándonos por qué sucedió esto y por qué sucedió aquello, y “Si no fuera por el subconsciente, yo estaría más avanzado en el sendero,” estamos simplemente programando el subconsciente para volverse una barrera más formidable. Por el contrario, debemos bendecir a la mente subconsciente y verla como una herramienta vital de ayuda en nuestra evolución espiritual.

Toma la actitud de la cima de la montaña. Si estás teniendo un día difícil, dite a ti mismo, “Estoy trabajando con mi mente subconsciente. Tengo que admitir que las cosas no me están saliendo

muy bien hoy, pero creo que lo voy a tener todo arreglado para el atardecer.” Corre a la tienda, compra un montón de papel, escribe mucho y quémalo y resuelve varias áreas subconscientes y libera la toma de conciencia para que se remonte hacia tu interior de nuevo. Esto es llamado vasana daha tantra.

Lo que quiero dejar claro es que no temas a la mente subconsciente. Date cuenta de que no ha sido programada como debía. Por lo tanto, el programa debe ser cambiado. Date cuenta de que el superconsciente es el programador supremo. Ponte a trabajar y reprograma tu subconsciente a través del poder de la afirmación. Tú lo puedes hacer con los poderes de la meditación.

Por supuesto, existe una parte de la mente subconsciente que se mantiene más o menos igual, manejando los procesos involuntarios instintivos del cuerpo físico. Pero siguiendo una dieta sattvic, que conduce a la meditación, esta área del subconsciente también comienza a mejorar. A medida que mejoramos la asimilación del alimento y el proceso de eliminación, dejamos de acumular toxinas en nuestras células. A medida que las toxinas acumuladas se liberan dentro del cuerpo, ellas son eliminadas regularmente. Esta área más física de la mente subconsciente también mejora con respiración apropiada, postura correcta, yoga hatha, salir al sol, hacer ejercicio, caminar y con todas esas muchas cosas maravillosas que benefician al cuerpo físico.

Agrega a tu estilo de vida contemplativo una manualidad. Trabajando con las manos haciendo manualidades como pasatiempo, tomando una sustancia y transformándola en algo distinto, algo nuevo y hermoso – esta clase de creatividad es importante para remodelar la mente subconsciente. Es también simbólico. Tú estás remodelando algo en el plano físico, y al hacerlo, te estás educando en el proceso de cambiar la apariencia de una estructura física, y así haciendo más sencillo el cambiar las estructuras más sutiles mentales y emocionales en tu propia mente subconsciente.

Domingo : Verse a uno Mismo en los Otros

Es una regla en el sendero espiritual, que a menos que estemos bastante avanzados, en realidad no sabemos si hemos reprogramado la mente subconsciente o no, o si la reprogramación ha sido hecha correctamente. Sin embargo, sabemos cuando creamos algo con nuestras manos, si está hecho correctamente y con cuidado. También sabemos cuando está terminado, ya que lo vemos en el plano físico. Tomando una sustancia física en nuestras manos, usándola con cuidado y sistemáticamente y disciplinándonos para terminar aquello que hemos comenzado, es un proceso poderoso. Haciendo esto, superamos nuestros patrones de hábito de descuido y de no ser capaces de poner atención a los detalles. También superamos el hábito de distraernos. Entonces, elige una artesanía o un pasatiempo. Debe ser algo que haces con las manos y que cambia la forma de objetos físicos, así como tomar arcilla y con ella hacer un hermoso recipiente, o usando lana tejer un hermoso tapiz.

Tan pronto como la mente subconsciente ha sido reprogramada positivamente, aunque más no sea un poco, los canales de la intuición se empiezan a abrir, y te sientes en paz. Las perturbaciones dentro de tu mente disminuyen. En este estadio en el sendero, a menudo te preguntas si estás haciendo algún progreso nuevo. Tú mantienes tu conciencia como estando en un aeroplano que va a mil millas por hora, mientras mantienes la sensación de que no te mueves. Cuando tú sientes como si nada estuviera pasando más dentro tuyo, estás viviendo en un estado intuitivo, la eternidad del momento. Tu intuición está ahora penetrando la mente externa todo el tiempo.

Cuando tu subconsciente ha sido despejado de estructuras reaccionarias pasadas y ha sido completamente reprogramado, las cosas que pasan en el mundo ya no te molestan. Con comprensión, tú amas a todos y abrazas cualquier evento. Intuitivamente sientes exactamente por lo que están pasando, ya que tienes, en tus bancos de memoria, conocimiento de cada suceso adquirido durante todas las vidas que has vivido. Esto está disponible para ti superconscientemente. Tú empiezas a recordar cuando pasaste por lo mismo que tu amigo está pasando. Puede ser que haya sido hace una o dos vidas, pero tú pasaste por lo mismo. Por lo tanto conoces cuál es el próximo paso, ya que sabes cómo saliste tú mismo de esa misma pauta de experiencia. Luego comienzas a saber que tu cuerpo del alma y tu cuerpo físico se están volviendo uno. Estás comenzando lentamente a darte cuenta que tú eres realmente un ser espiritual refulgente viviendo en la Tierra. La única cosa que no es espiritual, aparentemente, es la mente subconsciente, pero eso es una ilusión, ya que ha sido programada de cualquier manera. Tú has ido a lo largo de tus muchas, muchas vidas, teniendo muchas, muchas , muchas experiencias. El subconsciente ha coleccionado diversos patrones de hábito y una programación errática. Cuando tú atacas

esta programación positivamente, y trabajas con ella, el subconsciente se vuelve una herramienta formidable y no es más el obstáculo poco amistoso que era. Se vuelve sub-superconsciencia, y nuevas energías comienzan a fluir en el cuerpo físico. Nueva comprensión comienza a venir desde el interior. La perspectiva en que miras a la vida es constante ahora.

El ser humano no siempre se ha dado cuenta de que el área subconsciente de la mente existe. Por cientos de años, la humanidad en el Occidente creyó que el estado consciente era la única realidad. La humanidad ha tenido inclinaciones religiosas también, y creyó en la super-conciencia, pero creyó que la superconciencia estaba afuera y alejada del ser individual. Por esa razón es que se habla de que Dios está alto en los cielos, y que los ángeles están alto en el cielo. Estas creencias ocasionaron la superstición, los malentendidos y las contradicciones religiosas que nos han llegado a través de las eras.

Por qué se suponía que Dios estaba fuera del ser humano, alto en los cielos? Esto era debido a que el área subconsciente de la mente estaba entre medio. Desde esta perspectiva limitada, el ser humano se vio a si mismo pequeño, una nada insignificante, que había venido de algún lugar, sin saber de seguro cuándo y cómo llegó aquí en su estado consciente. El sabía que era un ser bondadoso y odioso, generoso y codicioso, celoso, intelectual, instintivo. El sabía eso. El lo sabe hoy día. Así es como uno sigue andando por la vida. Tú debes pelear por lo que quieres. Tienes que discutir. Tienes que ser celoso, o de lo contrario cómo vas a llegar a algún lugar? Tienes que ser irascible para dominar a otros. Tienes que atemorizar a la gente, conseguir lo que quieres y abrirte paso a codazos en la vida. Esa es la forma de vivir cuando se está totalmente en la mente consciente.

27 – El sub de la subconsciencia

Lunes : Donde Uno Más Uno es Igual a Tres

Existe un área de la mente subconsciente que aparenta ser tortuosa y muy difícil de programar. Ella es llamada el sub de la subconciencia. A menudo puede parecer como software con fallas en la computadora. Pero cuando finalmente se programa correctamente, puede volverse la ventaja más grande. Nos trae buena suerte y nos asiste con la sincronización perfecta a través de la vida. A veces sentimos como que nada acontece para nosotros más. Todo está yendo sobre ruedas. Nosotros caminamos hacia una puerta cerrada, y la puerta se abre para nosotros. Caminamos hacia un teléfono y comienza a llamar. Estos signos nos muestran que el sub-subconsciente está funcionando muy bien. Tan pronto como no disfrutamos de esta delicada perfecta sincronización, ello se debe en general al área sub-subconsciente. Ya que cuando dos programas de naturaleza semejante van a la computadora del subconsciente en tiempos diferentes, ellos se mezclan y confunden y forman un tercer programa dentro del subconsciente, que es difícil de desentrañar intelectualmente. Este se graba en el sub del subconsciente. Por esa razón, el sub de la mente subconsciente parece ser pasmoso y presagiante. Si los dos programas son buenos, beneficiosos, positivos y vibrantes espiritualmente, las cosas van como sobre ruedas para nosotros. Pero si no lo son, esta área del subconsciente puede ser muy perturbadora. Los remedios son introspección profunda y honestidad emocional-intelectual. El sub-subconsciente puede volverse muy poderoso, creando nueva tendencias sanas en esta vida, y moldeando una personalidad dinámica.

Dos pensamientos, enviados a la mente subconsciente en tiempos diferentes, forman lo que se llama el sub del subconsciente, una frecuencia de vibración completamente distinta cuando se entremezclan – esto es, si la disposición sicológica de la mente era la misma en el momento en que cada pensamiento entró. Esta formación subconsciente de pensamiento se transforma en sentimientos de la naturaleza instintiva baja y ocasiona que la mente externa reaccione a situaciones de una forma en que normalmente no lo hubiera hecho.

La mente sub-subconsciente no solo atrae situaciones que expresan sus contenidos, sino que crea situaciones jugando con el subconsciente mismo. El sub de la mente subconsciente, por lo tanto, es la parte del subconsciente que almacena y maneja el resultado insondable de las combinaciones de intensas experiencias con carga emocional, ya sean positivas o negativas. Estas combinaciones crean una tercer condición de reacción híbrida, bien distinta de cualquiera de las experiencias separadas que la causaron.

Nuestro ejemplo será el color. El azul es un color por sí solo, como lo es el amarillo. Cuando ellos se juntan, crean un tercer color, verde, que crea una disposición de ánimo cuando tú lo miras, diferente de la disposición de ánimo que surge al mirar al azul o al amarillo por separado. Simplemente comprendiendo que el verde es la combinación de amarillo y azul, el misterio se desvanece. Agrega blanco al rojo y obtienes rosa. Agrega agua a la tierra y obtienes barro. Esto es sencillo de comprender y muestra la naturaleza de las impresiones que arriban juntas en el subconsciente. Agrega oxígeno al hidrógeno y obtienes agua. Este es un misterio análogo a la naturaleza de la mente subconsciente, un dominio donde uno más uno es igual a tres, mientras que en el subconsciente la suma es dos.

Martes : Desentrañando lo Insondable

Sí, dos diferentes pensamientos reaccionarios de vibración similar enviados al subconsciente en tiempos diferentes bajo condiciones sicológicas similares crean un tercer, distinto acontecimiento subconsciente. Este acontecimiento se registra en el sub-subconsciente y continúa vibrando allí hasta que es disuelto o reabsorbido dentro del subconsciente mismo. Si estructuras sicológicas se acumulan como problemas en el sub-subconsciente y no son resueltas, ellas pueden inhibir o refrenar el superconsciente. Uno puede entonces sentirse deprimido y sometido a muchas emociones bajas. Entonces el concepto de que uno es un ser auto-refulgente parece ciertamente muy distante. Cuando la acumulación sub-subconsciente no es problemática, la superconsciencia está allí , trayendo éxito y bienestar.

El sub-subcosnciente nos interesa primordialmente como el estado mental que se relaciona con campos de fuerza subconscientes atestados, o vasanas, generados por dos reacciones emocionales intensas similares en momentos sicológicos. Las emociones profundamente reprimidas resultantes son enigmáticas para la persona, porque a menos que ella sea capaz de resolver su subconsciente a través de análisis periódicos, puede encontrarlas brotando de su interior espontáneamente, sin saber por qué. El sub-subconsciente nos influencia cuando encontramos una experiencia similar a una de las que causó una de las dos reacciones componentes. Esto libera respuestas emocionales altamente inesperadas, reacciones no obvias y nuevas pautas de comportamiento, algunas positivas, algunas negativas. La formación híbrida continúa reaccionando dentro de la mente sub-subconsciente hasta que es resuelta. Una vez comprendida, el misterio desaparece. El vasana pierde su poder emocional. En la mayoría, es el sub-subconsciente el que alberga nuestras aspiraciones subliminales, auto-estima, lo que nos impulsa hacia el éxito, neurosis y comportamiento sicológico en general.

Un ejemplo de este estado mental es el siguiente. Un joven va a una fiesta de la oficina y accidentalmente derrama café sobre su traje. Como es una persona dulce y tímida, se avergüenza y se siente molesto emocionalmente cuando alguien se vuelve para verlo. Muchos meses más tarde, él va al casamiento de su hermana. En su excitación, durante la recepción, ella derrama accidentalmente té sobre su hermoso y nuevo sari. Ella naturalmente se siente avergonzada. Pero para él este es un momento sicológico, intensificado por el apego a su hermana, y se vuelve más avergonzado por ella que lo que ella está de sí misma.

Un año más tarde, él descubre que cada vez que asiste a una reunión social, su plexo solar se trastorna, su digestión se ve afectada, le da dolor de cabeza y se tiene que ir. El mecanismo de temor, estimulado

por la mente sub-subconsciente, lo protege de otra condición angustiante entre un grupo de personas. Esto continúa por varios años hasta que el sub-subconsciente, en un estado de cuasi-sueño, se le revela a él, y ve claramente cómo las dos pautas reaccionarias de pensamiento, causadas por la experiencia dual, se encuentran y se unen y originan una experiencia consciente diferente – la indigestión, los dolores de cabeza, y el pavor de estar entre gente. Una vez que el obstáculo se resolvió a la luz de la comprensión, el es capaz de estar entre gente en reuniones sin esos efectos enfermizos.

Miércoles : La Alquimia Poderosa de la Mente

Es solamente cuando las experiencias cargadas de emoción que van al subconsciente son de naturaleza estrictamente instintiva, que el sub-subconsciente es desagradable o no beneficioso y se vuelve un fuerte estorbo para el bienestar. Por otro lado, experiencias de naturaleza positiva, intelectual o espiritual, que se unen en el subconsciente, pueden crear un sub-subconsciente que es bastante dinámico y útil, dando valor y capacidad en asuntos mundanos. Sentimientos de seguridad, amor y compasión pueden venir del sub-subconsciente durante momentos sicológicos en la vida de uno para contrarrestar y eliminar o sojuzgar sentimientos de celos, odio e ira que son naturales a la mente instintiva.

Por ejemplo, el negocio de una persona florece durante el verano. El invierno siguiente él experimenta gran júbilo y satisfacción al ganar una competencia de esquí. El éxito del verano y el logro del invierno se unen en el subconsciente creando una tercera impresión diferente que crea una confianza perdurable y un impulso hacia la victoria futura. Al año siguiente, el entra en un segundo negocio y también prospera. La competencia se pregunta cómo es que él ha evitado los altibajos de las temporadas de este negocio en particular. “Cómo es que ha tenido tanta suerte?” se preguntan. La fuerte impresión de ser exitoso que se plantó en su subconsciente ha creado una estructura de hábito positiva para que las fuerzas del sub-superconsciente puedan fluir a través.

El sub-subconsciente puede también ser formado por la mezcla de impresiones fuertes intuitivas, religiosas o místicas. Por ejemplo, un devoto tiene una visión enriquecedora de una Deidad en un sueño temprano en la mañana o en una visión consciente durante la meditación. Un año más tarde, mientras medita, tiene la experiencia de volar a través del akasa en su cuerpo astral. Estas dos impresiones se unen en el subconsciente y crean una fe profundamente asentada y una certeza inquebrantable de las realidades interiores. Vasanas como estas, traen valor y eliminan el temor a la muerte, reemplazándolo con la seguridad de que la vida es eterna, que el alma es real y que el cuerpo físico es simplemente una caparazón en la cual vivimos. Ahora hemos visto que el estado de mente sub-subconsciente puede ser benéfico, o que puede mantener impresiones que son realmente obstáculos en nuestro sendero que deben ser eventualmente tratados y superados. Ambos tipos de impresiones, positivas y negativas, pueden yacer vibrando dentro del sub-subconsciente al mismo tiempo, sin interferir una con otra.

Jueves : Resolución a Través de los Sueños

A través de los poderes de la meditación, uno puede poner en orden algunas de las predominantes malas programaciones de la mente sub-subconsciente que causan tendencias que nos hacen actuar de maneras determinadas. La mente sub-subconsciente puede ser comprendida conscientemente cuando los pensamientos que crearon este “sub” son rastreados. Estos generalmente son encontrados cuando la mente consciente está más disminuída. Cuando se descansa, es posible estudiar con facilidad el sub de la mente subconsciente. El cuerpo está relajado y la mente consciente ha dejado de asirse en los objetos externos. Cuando el estudio ha comenzado, rastrea conscientemente a través de las imágenes del pensamiento, sin perturbar la imagen global. Toma en consideración el hecho de que todo pensamiento proviene de una serie de influencias dentro del ego. Estas influencias toman forma y figura en pensamiento. Cuando manifiestas figuras frente a ti, rastréalas hasta su concepción, manteniendo la conciencia levemente sobre la mente, haciendo desaparecer todas las distracciones que puedan entrar cautelosamente en la mente, en un esfuerzo por perturbar tu conciencia. Toma lo que has hallado, cualquiera cosa que esto sea, y piensa conscientemente en ello hasta que todas las dudas se han disipado. Encontrarás que a través de tu esfuerzo consciente, el sub de la mente subconsciente ha sido comprendido tanto conscientemente como subconscientemente.

En general, este proceso ocurre automáticamente. Nosotros resolvemos los obstáculos en el estado de sueño. Cuando meditamos profundamente antes de dormir, pasamos a través del mundo de los sueños y entramos en la superconciencia. Desde aquí, el trabajo es llevado a cabo en la mente sub-subconsciente. Si tratamos de recordar estos sueños o analizarlos, y meditamos al mismo tiempo, los volvemos a grabar en el subconsciente y reforzamos estas mismas pautas o tendencias. Cuando hemos tenido una larga secuencia de sueños peculiares, esto es a menudo la mente sub-subconsciente trabajando con estas estructuras de hábito y tendencias, arrojándolas de vuelta al subconsciente para ser re-programadas hermosamente y correctamente. Para limpiar el sub-subconsciente de sucesos molestos, especialmente si tú te hallas viviendo una vida religiosa y llevando a cabo sadhana regularmente, puedes simplemente darle la orden de que se limpie a sí mismo. El lo hará en el estadio de ensueño que experimentas justo antes de despertar. Por lo tanto el consejo es, cuando estás atravesando los primeros estadios del desarrollo espiritual, clarificando y re-programando el sub de la mente subconsciente, no analices tus sueños.

Viernes : No Analices tus Sueños

Cuando el ego funciona en estados de sueño subconscientes o sub-subconscientes, se crean situaciones. Si estas situaciones son recordadas mientras nos hallamos en un estado consciente llamado “vigilia”, crearán en el plano consciente acontecimientos similares. Aquí de nuevo encontramos una manifestación de la mente sub-subconsciente en el sueño. Parecería que nosotros soñamos cosas que es imposible que hayamos pensado. Tales sueños son una aglomeración de acontecimientos aparentemente no relacionados que pasan a través de la mente. Los acontecimientos no relacionados vuelven a brabar la mente subconsciente y la mente consciente si son recordados, y a su debido tiempo, volverán a grabar el subconsciente, y situaciones similares serán creadas en nuestra vida diaria. Esto, quizás, es difícil de creer pero si pensamos acerca de nuestra vida pasada, podemos encontrar situaciones en las que vemos que es verdad.

Para cambiar este panorama, usa el poder de la mente subconsciente para limpiar su “sub” y liberar dentro tuyo la abundancia con la cual se supone deberías vivir. Cuando usas la mente subconsciente para manifestar control sobre esta situación, ten en consideración que ella no es capaz de erradicar la vibración. Pero durante el sueño tu subconsciente hará posible para ti continuar elaborando la frecuencia de vibración creada durante el estadio de sueño y recordada durante el estado de vigilia. Simplemente dile a tu mente subconsciente, cuando te hallas en el proceso de recordar un sueño, que elabore las partículas remanentes de esa experiencia durante el sueño en vez de recrearlas en el plano físico.

Cuando te despiertas después de haber tenido malos sueños, dite a ti mismo, “Grandioso! Anoche debo haber comenzado a reprogramar el sub de la mente subconsciente. Ciertamente me voy a sentir más positivo y con más fuerza de voluntad en uno o dos días.” La clave es olvidar los sueños tan pronto como te despiertas, si te hallas practicando atención, concentración y meditación.

Cuando el ego se despierta de dormir, el cuerpo físico debe ser puesto en acción inmediatamente. El volver al estadio de sueño inmediatamente después de haber llegado al estado consciente en forma natural, causa que las cinco corrientes positivas sean despolarizadas en forma no convencional; el ego pasa a las regiones sub-subconscientes.

Sábado : Buen Compañero o Estorbo?

El sub de la mente subconsciente puede crear y efectivamente crea, situaciones de naturaleza desagradable. La mente sub-subconsciente, a través de su magnetismo natural atrae las llamadas tentaciones y condiciones infelices. La mente consciente, debilitada por prácticas nocivas, cae en esta trampa auto-creada. Allí, el ego aparentemente sufre entre los pensamientos subconscientes que crearon el “sub,” las expresiones conscientes del ego, y su conocimiento sub-superconsciente. Uno de los resultados de este estado es la culpa, también el orgullo y la angustia. Estas son algunas de las cualidades resultantes del estado de mente sub-subconsciente. Cuando el “sub” es controlado a través de la comprensión profunda del funcionamiento interno, el ego o conciencia, está libre de las ataduras de identificarse a sí mismo con la mente, con el cuerpo y con las emociones. El ego, o conciencia, puede entonces progresar hacia la realización dinámica de tu verdadero Ser – más allá de la mente, la mente que está bajo tu control. De lo contrario, el ego se encuentra atrapado en la intersección entre la mente consciente y el conocimiento superconsciente, resultando en superstición, ideología, fanatismo y naturaleza discutidora.

La mente sub-subconsciente es muy simple, la podemos comparar con el kumkum, el polvo rojo que se usa como marca en el tercer ojo, que es la mezcla de cúrcuma amarilla y jugo de lima de color verde pálido. También la podemos comparar con el hielo, que se forma cuando el agua encuentra temperaturas de congelamiento. El cocinar es quizás el mejor de los ejemplos comunes. Colocamos vegetales en una olla sobre el fuego, y les agregamos el delicioso curry. Con el calor que sube por el fondo de la olla, los ingredientes se mezclan en uno. Los vegetales no tienen el mismo gusto que tenían inicialmente y tampoco las especias. No es posible separar los vegetales de las especias una vez que se ha comenzado a cocinar.

Una experiencia emocional traumática tiene lugar y es grabada en el sub-subconsciente. Esto es equivalente a poner los vegetales en la olla. Ocho meses más tarde, una experiencia similar tiene lugar y se reacciona a ella con similar emoción. Sucede, se reacciona a ella, va a la misma olla. Los vegetales se han encontrado con las especias. Un recuerdo subconsciente de la experiencia previa surge y es acompañado por el calor de la emoción, Este es el calor que suelda juntas las dos impresiones, así como el fuego cocina los vegetales con curry. Las dos experiencias se han vuelto una, mezcladas inseparablemente en el subconsciente, haciendo una tercera impresión o vasana, totalmente diferente de las dos impresiones que la formaron. Es única y completa en sí misma, empujada por una fuerza emocional aún mayor que las dos experiencias componentes.

Es este poder subliminal, el que hace a la mente sub-subconsciente un abrumador obstáculo o una tremenda ayuda, cuando se usa apropiadamente. Cuando existe en ignorancia negativa, es un impedimento en el sendero de la iluminación. La solución para eliminar el poder de la emoción que impone estos karmas mezclados es simple. Simplemente debemos comprender cuáles son los ingredientes – los vegetales y las especias – y resolver cada uno separadamente. Una vez conocidos, aún las estructuras más complicadas pueden ser resueltas o desenmarañadas escribiendo los más íntimos sentimientos de uno y quemando el papel en una hoguera común. Esto es llamado vasana daha tantra. Recuerda, sin embargo, que no es necesario remover todas y cada una de las impresiones negativas una por una. En realidad, lo que buscamos es fortalecer las impresiones positivas. Esto en sí mismo es suficiente y permitirá que las impresiones desagradables sean resueltas naturalmente.

Domingo : Quitando las Coberturas a la Luz del Alma

A medida que estudiamos las enseñanzas místicas de nuestra religión, comenzamos a re-programar la mente subconsciente y a moldearla de la misma manera que moldeamos arcilla. Nos volvemos más conscientes de nuestros temores. Nos decimos a nosotros mismos, “No hay nada que temer. No hay nada que temer.” Somos capaces de hablarle a la mente subconsciente de esta manera. Es lo que se llama afirmación. “Soy un ser que no tiene miedo. Soy un ser que no tiene miedo,” continuamos diciéndonos una y otra vez. Afirmando esta verdad, comenzamos a reeducar o a reprogramar a la mente subconsciente. Finalmente comenzamos a quitar capa tras capa de las que cubren el alma.

En la India existe una analogía tradicional de una lámpara, cuya luz está oculta por una pantalla de trozos de telas de colores. Se dice que podemos descubrir la lámpara, que representa la luz del alma, re-programando el subconsciente. Primero quitamos el trozo de tela negra. El verde oscuro está todavía allí, así que poca luz puede pasar a través y nos enfrentamos con las emociones instintivas – nuestro gran poder protector de estar celosos. Ambos, temor y celos, son mecanismos protectores de la mente. Elaboramos nuestra naturaleza de celos, haciendo otras afirmaciones. “Yo tengo todo lo que todo el mundo tiene. El mismo poder que está dentro de todos, está dentro mío.” De esta manera comenzamos a re-programar el subconsciente y a obtener más y más confianza en nosotros mismos. Los celos son inferioridad. Sentimos que no tenemos lo que algún otro tiene, de modo que tratamos de disminuirlo a nuestro tamaño. Los celos hacen a la gente malvada. Finalmente trabajamos nuestra toma de conciencia a través de esta capa verde oscura de los celos y la quitamos de la lámpara del alma. Un poco más de luz pasa a través, y comenzamos a sentirnos bien con nosotros mismos – “No soy tan malo después de todo. En realidad, soy bastante bueno.” Nos volvemos más confiados y penetramos aún más profundamente a medida que trabajamos con la próxima cualidad instintiva, y con la próxima, y con la próxima, y con la próxima. Finalmente, cuando quitamos la última cubierta, encontramos que somos Aquello que somos en todo momento. Somos libres internamente. Hemos sacado la toma de conciencia de la mente consciente y la llevamos a través del estado subconsciente hacia la pura superconsciencia. Ahora el cuerpo físico nos parece simplemente un caparazón, un lugar en el cual vivimos de manera de poder expresarnos en la superficie de la Tierra. El cuerpo espiritual es el que nos parece ser el cuerpo real, y nos preguntamos cómo fue que no nos dimos cuenta de esto antes.

28 – La mente superconsciente

Lunes : Conscientemente Superconsciente

Tenemos que adaptar nuestro subconsciente a la idea de que somos seres superconscientes, en vez de seres instintivos o seres intelectuales dirigidos por los impulsos de los cinco sentidos. La toma de conciencia es nuestro meollo. Si nosotros descartáramos este cuerpo físico hoy, seríamos seres superconscientes sin un cuerpo físico. Si entráramos en otro cuerpo físico mañana, aún seguiríamos siendo seres superconscientes, pero con otro cuerpo físico, diferente al que tuvimos ayer, con un subconsciente enteramente nuevo, y con un ambiente externo nuevo.

Quisiera que tú visualizaras la acción de descartar tu cuerpo físico y de ir a, por ejemplo, Sri Lanka o Bosnia a tomar un nuevo cuerpo. Mírate a ti mismo entrando en él, ajustando tus corrientes nerviosas dentro de él, levantándolo del campo de batalla, llevándolo al hospital y curándolo, y yendo a la casa de sus padres con una medalla de valor.

Tú tendrías un nuevo cuerpo físico, una nueva mente subconsciente y un ambiente externo nuevo al cual ajustarte. En este nuevo cuerpo, tu pronto te olvidarás de que eres un ser superconsciente. Estarás muy involucrado en ser Ananda en Toronto, que recientemente llegó a esa ciudad como refugiado de guerra. Pero tu ser superconsciente sabrá que él era un ser superconsciente, y finalmente Ananda lo empezará a saber también. Nuevos rayos de luz brotarán del aura de Ananda. El subconsciente será re-programado rápidamente, y muy pronto, Ananda se volverá un hombre que medita de la misma manera que tú meditabas antes de que descartaras tu cuerpo anterior y entraras en el cuerpo de Ananda en el campo de batalla. No habrá demasiada interrupción en la continuidad. Esto te da una breve visión de la reencarnación. Tu subconsciente puede realmente adaptarse a este simple concepto.

Existe una teoría de reencarnación que sostiene que no tenemos por qué encarnar como bebés, sino que podemos encarnar como gente crecida cuando sabemos cómo se hace. Las almas más evolucionadas pueden hacer esto porque ellos conocen las leyes internas. Las almas menos evolucionadas tienen que encarnar a través del útero ya que este es el proceso que es más instintivamente natural. Este es uno de los beneficios complementarios de volverse consciente en el cuerpo superconsciente. Esa es la meta.

Martes : Cuándo es que eres Superconsciente?

Es más fácil saber cuándo no eres superconsciente que cuándo eres superconsciente, ya que la superconciencia es un estado tan natural. Es un estado tan hermoso. Es un estado tan completo, tan sano en el cual estar, que en general no te das cuenta de que estás superconsciente.

Cuando no te sientes muy bien contigo mismo, no estás superconsciente. Cuando te sientes realmente bien, y satisfecho dentro de ti mismo, estás superconsciente. Cuando tu sincronización es exacta, cuando todo está sucediendo perfectamente bien durante el día, tú estás superconsciente. Cuando nada parece suceder bien, entonces tu toma de conciencia está fluyendo a través de las áreas congestionadas del dominio del pensamiento. Cuando todo aparenta estar sucediendo en forma errónea, te hallas fluyendo a través de un área instintiva o de un área intelectual congestionada.

Cuando te hallas polemizando contigo mismo, no estás superconsciente. Estás fluyendo a través de un área de la mente intelectual, tomando dos puntos de vista y fluyendo del uno al otro. Cuando discutes sobre algo con alguien, no estás superconsciente, ya que la superconciencia es una calle de una sola mano. Tú hablas exactamente desde el centro de la existencia sin estar realmente pensando acerca de lo que vas a decir. Tú simplemente hablas y luego escuchas lo que dijiste.

Cuando estás discutiendo con alguien, no estás superconsciente. Te has movido a un área congestionada del estrato de pensamiento de la mente y la estás verbalizando, y estás congestionando el aura también. Entonces, la toma de conciencia tiene que ser desenredada de esta área de la mente y dirigida de vuelta a la superconciencia. Cuando estás trastornado por el ayer, o incluso cuando tienes una conciencia de que hubo ayer, no estás en un estado superconsciente. Cuando tienes miedo, no estás en un estado superconsciente. Cuando estás tranquilo, cuando estás calmo, cuando estás en la eternidad del ahora, cuando te sientes seguro en tu interior, estás en un estado superconsciente. Superconciencia no es algo que vas a adquirir, ya que nunca has estado sin ella. Tú estás superconsciente en este mismo instante, y funcionando en los cinco estados de la mente.

Miércoles : Volviéndose Consciente de la Energía

Vuélvete consciente de la totalidad del Ser. Esto no lleva demasiado tiempo. La forma más fácil, la manera más simple es tomar conciencia de la médula espinal y de las energías dentro de la cabeza. Localiza la conciencia de energía. Toma conciencia de la energía. Cuando tomas conciencia de la energía, automáticamente olvidas aquello de lo que estabas tomando conciencia previamente y ello se desvanece. Tú dejas la conciencia del área instintiva-intelectual de la mente y te mueves a la superconciencia. Si puedes permanecer totalmente centrado en la conciencia de la energía dentro de tu médula espinal y la energía dentro de tu cabeza, te vuelves consciente de la misma energía dentro de todo el mundo y de todo aquello que ves. Tu estás inmediatamente en un estado superconsciente cuando esto sucede.

Por lo tanto, una meta sencilla es, mantente en esta conciencia de energía por el resto de tu vida. Es tan fácil como eso, pero no es tan sencillo de llevar a cabo, ya que tú ya has entrenado a la toma de conciencia a moverse en otros canales de la mente, y hará eso automáticamente tan pronto como dejas de estar consciente de la energía dentro de la médula espinal. Entonces tú olvidas que eres un ser superconsciente inmortal y comienzas a pensar que eres solo temporal. Puedes empezar a pensar que existe un pasado, o que existe un futuro, y comenzar a sentir que el eterno ahora es un tiempo inseguro. Puede que encuentres comenzando a apoyarte en otras personas en vez de en tu propia médula espinal.

Cuando descubres que esto está sucediendo, comienza a meditar. Ve profundamente dentro tuyo y encuentra la superconciencia. Busca la compañía de personas que centran su conciencia interiormente. Esto hará que sea para ti más sencillo. Estando rodeado de personas que centran la atención en las áreas externas de la mente es difícil pues ellos llevan tu toma de conciencia a las áreas externas del estrato de pensamiento.

Las personas que realmente valoran que la toma de conciencia esté, digamos, “enganchada” en las áreas internas de energía, y que han estudiado esa función de energía, llevan tu toma de conciencia hacia allí. Cuando esto sucede, tú comienzas a ver desde adentro hacia fuera. Realmente ves desde el interior de todo aquello a lo cual miras, hacia el exterior. Miras a un árbol. Primero ves la energía dentro del árbol. La corteza es lo último que realmente ves. Cuando estás en la conciencia externa, primero ves la corteza del árbol y luego supones intelectualmente que deben haber energías dentro de él, ya que tú notas que una hoja está creciendo y supones que debe estar vivo. Cuán torpe es la toma de conciencia cuando se halla tropezando con todo en el área externa de la mente. Y cuán suavemente la toma de conciencia fluye libre cuando se encuentra dinámicamente atravesando las capas internas del espacio interior.

Vamos a comparar ahora, la mente superconsciente con una cebolla de siete capas, cada capa interior más sutil que las exteriores. 1) Experimentar la conciencia de la eternidad del momento, como si el mundo estuviera girando alrededor tuyo; 2) Experimentar la energía cósmica, una fuerza divina que fluye a través de tu mente externa y que es más real para ti que la misma mente externa; 3) Experimentar oír voces cantando, música tocando – los sonidos divinos de la flauta, mridanga, vina y tambura – mientras meditas o temprano en la mañana justo antes de despertar; 4) Experimentar ver los rostros de Dioses o devas, o el rostros de un rishi, mirándote mientras estás meditando o temprano en la mañana inmediatamente antes de despertar; 5) Experimentar la paz y la serenidad del omnipresente Satchidananda; 6) Experimentar el anandamaya kosa, el cuerpo del alma, cuando resulta en unión consciente con el cuerpo físico; 7) Experimentar estar en el borde de lo Absoluto, Parasiva, la nada, habiendo perdido conciencia del cuerpo físico y de estar en cualquiera de los cinco estados de la mente. Estos siete estados de la superconciencia son sólo unos pocos, con certeza, de esta vasta región de la mente.

Jueves : Aprende a Mover la Toma de Conciencia

No debes pensar que la mente superconsciente esta fuera de tu alcance simplemente por la palabra “super,” ya que es lo contrario. Está dentro tuyo. Siempre ha estado dentro tuyo. Todo lo que tienes que hacer es reprogramar un poco el subconsciente y mover la toma de conciencia fuera de la mente consciente, y tu trayecto es hacia adentro. Tú eres superconsciente ahora. Debes aceptar eso. No tienes que “llegar a ser” superconsciente. Esto no es algo que te va a suceder de repente y que va a ocasionar que seas diferente. Lo que te va a suceder es que tú vas a liberar tu toma de conciencia individual de su cautiverio en las estructuras de hábito de la mente externa por las que se ha acostumbrado a fluir. Una vez que ha sido liberada, tú fluirás automáticamente a otras áreas internas de la mente, ya que has estado estudiando acerca de ellas y tienes ahora el mapa claramente delineado.

Tu te puedes estar preguntando por qué, si se supone que eres superconsciente en este mismo momento, no has tenido las experiencias maravillosas de las que te he contado. Esto es sencillo de responder. Tú puedes ser superconsciente ahora, pero no conscientemente superconsciente en todo momento, o aunque sea por lapsos de tiempo suficientemente largos para tener estas experiencias maravillosas. Entonces, cuando digo que eres superconsciente ahora mismo, es verdad, o tú no estarías ni siquiera escuchando acerca de ello.

No es casual nuestro encuentro de esta manera para compartir algo de mi vida interna y este tópico particularmente profundo. Yo diría que es providencial, y ha tenido lugar en el momento apropiado en tu desarrollo en el sendero. A pesar de que eres superconsciente ahora mismo, la toma de conciencia está aún suficientemente exteriorizada, tal que rozas el superconsciente a penas un poquito, y eres jalado de vuelta a la mente subconsciente o a la mente consciente.

A través de la práctica regular de la meditación, uno aprende a mover la toma de conciencia a través de las áreas superconscientes de la misma manera que un bailarín aprende a moverse a través del escenario de acuerdo al ritmo de la música. Le toma al bailarín mucha práctica para adquirir la técnica en prepararse a sí mismo para realizar su vocación. Tiene que vivir una vida disciplinada. Lo mismo pasa con el que efectúa contemplación. Tiene que trabajar con las corrientes de la toma de conciencia y ejercitarlas dinámicamente de modo de poder fluir hacia un área superconsciente y permanecer allí suficientemente como para mirar un poco a su alrededor y disfrutarlo.

Viernes : El Uso de la Intuición

La intuición es la forma natural en que el ser humano se expresa a sí mismo en la Tierra o en cualquier otro planeta en el cual puede encontrar expresión de su ser. Este flujo natural o mana, la palabra de Polinesia para pranic sakti, desde y a través del ser humano, se imposibilita sólo cuando él se desconecta del sistema nervioso de lo celestial y se conecta al sistema nervioso del animal. Cuando esto sucede, por consiguiente, existe una desconexión entre la superconciencia y la conciencia externa. La toma de conciencia del ser humano es capturada ya sea por el sistema nervioso de la conciencia externa, de los sucesivos cuerpos animales que su alma habita como vehículo para vivir en la Tierra, o es capturada por su sistema nervioso celestial, que ha madurado en viejos planetas en la galaxia previo a su arribo aquí a la Tierra. Esto entonces es superconciencia – la expresión natural del alma trascendental conocida como ser humano.

Día a día, la intuición tiene lugar en forma espasmódica, pero ocurre. Y sistemáticamente uno puede regular la observación de sus propias facultades de intuición y encontrar cuándo exactamente, estas funciones intuitivas tienen lugar dentro de uno. Es un hecho bien establecido, que poseemos la facultad de premonición de eventos que van a suceder. Es también bien conocido, que sentimientos de temor pueden preceder peligros inminentes. Está en la decisión del individuo el desenmarañar y clasificar dentro de su estructura diaria de experiencias, cual es cual. De esta manera la persona se vuelve erudita en la gran universidad de su propia mente acerca de cuál es un suceso intuitivo diario y cuál no lo es.

Cómo distingue uno entre intuición y el usual proceso pensamiento-sentimiento? Los deseos vienen a través de los sentimientos, calor de la emoción, como también lo hacen los pensamientos, esquemas, formas de manipulear la fuerza de los medios de difusión en beneficio propio o en beneficio de un ser amado. Esto es contrario al poder de la intuición, que funciona en frío y es directo, como un relámpago en el cielo interior, o como el sutil arco iris de un aura etérea que circunvala el proceso corriente de pensamiento, dando respuestas antes que las preguntas sean hechas, y resolviendo problemas antes de que ellos sean acumulados.

Es solamente a través de sadhana y de despojarse – de modo de llevar a cabo el sadhana – de la estructura social del conglomerado de seres mortales que te rodean, que tú serás capaz de definir de manera prudente entre la intuición y los imponentes factores de necesidad y codicia que a menudo parecen primordiales cuando se vive en lo externo del sistema nervioso instintivo.

Sábado : Sojuzgando al Intelecto

Aquí tienes un buen ejemplo del uso de la intuición. Tú has estado a menudo en una situación en tu propia mente en la cual has sentido un impulso directo, sutil desde tu profundo interior, sobre cómo debes proceder. Muy probablemente tu lo ignoraste como si fuera una fantasía y comenzaste en una forma lógica a satisfacer tus impulsos y deseos con esquemas previos de experiencia, hallando que hubieras evitado agonías y confusiones si hubieras seguido el impulso sutil que fue rechazado para intensificar estructuras de procedimiento establecidas. Pero podría agregar que ese primer impulso se debe haber registrado como frío y claro, directo y profundo. Solo si fue así, se imprimió en forma indeleble en tus pautas de memoria, claro y agudo, distinguiéndose así de los sentimientos emocionales cálidos que aparentan ser razonables y completamente en acuerdo con las actuales imágenes del día.

En eventos de actualidad, la mayoría de las personas, guían su vida con pautas razonables previas. Este conocimiento es simplemente profético. No tiene relación en absoluto con otras líneas de conducta llegadas a través de decisión intuitiva, que a su tiempo encerrará la toma de conciencia individual de la persona, en el ser superconsciente fuerte y dinámico que siempre fue, que es y que siempre será.

Aunque a menudo usamos los términos “desarrollando facultades intuitivas” y “desarrollando intuición,” estos son usados solamente con el objeto de animar al aspirante en el sendero a trabajar dentro de sí mismo en sojuzgar su intelecto de modo de que pueda observar la totalidad del área intuitiva de la mente que ya se haya funcionando.

Para sojuzgar al intelecto, ese conglomerado de esquemas de pensamiento y modos establecidos de procedimiento de acuerdo a la cultura del momento, es necesario en primer lugar observar hacia adentro, cómo es que funciona realmente el intelecto que uno adquirió. La observación es una facultad del área intuitiva de la mente, y este aspecto particular de la observación que acabo de describir, sólo es posible usarlo una vez que se han mantenido períodos regulares de meditación por largos períodos de tiempo. Es cierto que nuestras facultades intuitivas se entremezclan constantemente a través de las secuencias de pensamiento todos los días, pero nuestra habilidad de distinguir una de la otra se acumula a través de disciplina regulada de nuestro poder de toma de conciencia. Una vez que se logra un atisbo de éxito en conocer a la intuición y en cómo ésta se diferencia del razonamiento, de los impulsos emocionales y de las pautas preprogramadas dentro del subconsciente, la batalla ha sido ganada. Entonces y solamente entonces podemos mantener este conocimiento y zambullirnos más

profundamente en lo inevitable, perdiendo siempre el futuro y el pasado, y aflojando las riendas del intelecto.

Domingo : El Ser Nunca Cambia

Cuando comienzas a sentir esta existencia que no cambia dentro tuyo, tu intuición empieza a despertar, y si funcionas a través del uso de tu intuición, puedes aclarar muchos malentendidos acerca de las experiencias de la vida. En esta claridad, nace la intuición. En este mismo instante quizás pienses que eres la mente; puede que te sientas alejado de tu Ser Interior, pero cada vez que piensas que te has encontrado, pregúntate a ti mismo si este cambiaría. Encontrarás que cada imagen que mantienes de ti mismo, es posible que cambie – incluso tu alma, o tu mente superconsciente, puede cambiar a través de la evolución y por lo tanto no es permanente. Solamente el Ser, la misma esencia, es eternamente el mismo, eternamente Real. Encuentra tu Ser Interno sintiéndolo; date cuenta de que está más cerca de ti que tus manos o tus pies, más cerca de ti que incluso tu aliento. Tu mente tratará de abandonar esta conciencia tan pronto como la obtengas, pero guía suavemente tu mente de vuelta a través del canal de la concentración hasta que de nuevo te vuelves rejuvenecido, elevado en la toma de conciencia de aquello que nunca ha cambiado. Ese es tu verdadero Ser, y Ese es Dios.

Jnanaguru Yogaswami dijo, “ Busca sin buscar.” Con esto él quería decir que en tanto busquemos a Dios en nuestras meditaciones, existen dos – Dios y el que busca. El no quiso significar que debemos dejar de buscar a Dios, o que debemos dejar de meditar o dejar de esforzarnos y vivir una vida ordinaria o abandonar el sadhana. El decía que para hacer más profunda tu meditación, sentado en la posición de flor de loto, efectuando pranayama, para hacer más profundo este estado, deja de buscar y comienza a darte cuenta de que tú eres Aquello que estás buscando. En tanto exista una búsqueda, Parasiva no ha sido hallado, ya que búsqueda implica a dos, y El es uno. Pero debes continuar buscando hasta que El es hallado. Cómo conseguir Eso? Satguru Yogaswami dijo, “Deja de buscar y simplemente sé.” Renuncia a la conciencia que está viendo y registrando aquello que ha sido visto. Vuélvete el sonido, nada, simplemente sé y únete en la Calma Ultima. Cuando el discípulo se halla en el borde de lo Absoluto, el Parasiva atemporal, el concepto de “dos” desaparece en la abrumadora presencia de Siva, y la conciencia es absorbida y aniquilada en Su Ser trascendental, que no es diferente del Ser del discípulo. Sin embargo, si el discípulo continúa buscando esta experiencia y, en su búsqueda, solidifica a sí mismo y a la experiencia buscada como dos cosas diferentes, él se vuelve el obstáculo y el problema que se debe eliminar. En el final, el Gran Misterio se conoce como uno, como dos, y como ni uno ni dos.

29 – La mente sub-superconsciente

Lunes : El Estadio de Sincronización Perfecta

Una vez que la mente subconsciente ha sido muy pero muy cuidadosamente re-programada en un estilo de vida contemplativo, casi no existe para nosotros diferencia entre los estados subconsciente y superconsciente. Por lo tanto, básicamente, hemos movido nuestra toma de conciencia a una estructura mental completamente nueva, o al menos nos parece nueva. Esta es llamada la mente sub-superconsciente, o el área de la superconciencia que tiene una subconciencia que esta conectada con las funciones del cuerpo físico y con los asuntos de todos los días.

El estado sub-superconsciente es la persona total, funcionando a una frecuencia vibratoria más elevada que la que tenía cuando estaba en el área instintiva-intelectual. Qué es la mente sub-superconsciente? Es el superconsciente del devoto, bien programado en vida contemplativa. Este devoto puede trabajar consigo mismo y mover la toma de conciencia libremente a través de cualquier área que el quiera de la mente, conscientemente, sin ser obstaculizado por estructuras de hábito y condiciones reaccionarias del pasado que le fueron programadas en el subconsciente por los padres, maestros, amigos, y el público en general, a lo largo de su vida, desde su nacimiento.

Cuando tu sincronización es perfecta y todo funciona correctamente a tu alrededor, las cosas suceden de la forma que tú esperas que sucedan, o aún mejor, tú estás en el área sub-superconsciente de la mente. Ciertamente tú no te hallas en el área subconsciente o en la mente consciente externa. Tú estás sub-superconsciente. Tú estás tomando conciencia en los dominios internos y en los dominios externos al mismo tiempo. Cuando te sientes estacionario, estable, como si el mundo entero se hubiera detenido y estás solamente tú en el centro, y sin embargo eres capaz de conversar con tus amigos – este es un estado sub-superconsciente. Sub-superconciencia es en realidad, toma de conciencia viajando, impulsada por energía y fuerza de voluntad.

El devoto que ha desarrollado el área sub-superconsciente de la mente se puede sentar tranquilamente como un ser de energía cósmica pura y observar los muchos pensamientos de la mente, sin ser afectado por ellos. El conocimiento intuitivo de que somos conciencia pura, el alma, y no los pensamientos que pensamos, da la seguridad para ir de la concentración a meditación más profunda. El estado sub-superconsciente da ese sentimiento inherente de estabilidad interior, el sentimiento de estar estacionario o centrado dentro del dominio de la mente pensante.

Miremos al místico que camina por la calle, que está consciente de su energía, haciendo sólo una cosa – caminar, moviendo su cuerpo físico. El está consciente de la energía pura moviendo ese cuerpo físico y caminando, y sin embargo, muchas cosas diferentes pasan a su lado, o el pasa por ellas. El ve escaparates de negocios, automóviles, gente, cosas. Muchas, muchas cosas suceden a su alrededor a medida que camina por la calle consciente de ser energía pura.

La persona en el área sub-superconsciente de la mente en meditación, se sienta como un ser de energía pura. Incluso si muchos pensamientos pasan por su visión, sabe que está fluyendo a través del mundo del pensamiento como un estado sub-superconsciente de toma de conciencia. La toma de conciencia está en un estado estacionario dentro del dominio de la mente pensante. Cuando estamos fuera de la mente pensante, estamos en las áreas sub-superconscientes, conceptuales.

Martes : Re-programando el Subconsciente

La superconciencia funciona tanto a través de la mente consciente como del la subconciencia. Básicamente, no necesitamos esas dos categorías particulares de la mente a menos que nos escapemos sin querer de la superconciencia y comencemos a reconstruir un subconsciente pasando mucho tiempo con la toma de conciencia fluyendo a través del área consciente de la mente, o del mundo de los sentidos, que es diferente en cierta manera de la superconciencia. Cuando descuidamos nuestra vida religiosa y pasamos mucho tiempo tomando conciencia en el ambiente del mundo exterior, se empieza a construir un subconsciente, nublando el cielo interior, y separándonos del sol, Dios Siva. Es mundanería el tener dos Mercedes, una gran casa, un montón de dinero y todo lo que quieres en la vida? No, esas son herramientas que debes tener para cumplir tu dharma. Mundanería es la naturaleza animal, la naturaleza que nos vuelve enojados, celosos, con odio. Eso es mundanería. Por lo tanto, cuando la mente subconsciente se vuelve muy llena, entonces estamos totalmente en la mente consciente y no queremos tener ningún deseo de mirar hacia adentro de nosotros, porque tenemos miedo de lo que podemos llegar a ver, y entonces somos mundanos.

La mente subconsciente se divide en dos secciones. Una regula los procesos involuntarios del cuerpo y la otra los procesos involuntarios de las emociones, las estructuras de hábito instintivas, nuestros procesos de acción y reacción y todas las cosas que experimentamos en nuestro diario vivir. La mayor parte de las personas en el sendero han experimentado con nutrición apropiada, han vigilado cuidadosamente sus dietas, y han visto que estas tienen un efecto inmediato sobre el cuerpo físico. El cuerpo comienza a cambiar, a verse diferente, y a sentirse mejor para vivir en él. Se vuelve más vibrante y delgado a medida que el consumo de comida efectúa sus reacciones químicas en las células. Generalmente, a menos que hayan adquirido una profunda comprensión de la nutrición, o esta se haya vuelto parte de su estilo de vida, son llevados de vuelta a sus antiguos patrones de comida. Ellos encontraron que el cuerpo cambió rápidamente a la manera en que se solía comportar, verse y sentirse, debido al inapropiado equilibrio químico del consumo de comida. Esto es lo que puede suceder en la parte de la mente subconsciente que maneja los procesos involuntarios del cuerpo.

Exactamente lo mismo sucede en la parte de la mente subconsciente que maneja los procesos del cuerpo emocional. El aspirante en el sendero espiritual, puede trabajar diligentemente consigo mismo y establecer un buen programa en su subconsciente, pero si él no usa ese programa y mantiene la intensidad caminando el sendero – si se sienta en donde se halla en el sendero y deja de esforzarse, si permite que estructuras de hábito previas, procesos de acción y reacción, re-moldeen su subconsciente de nuevo, desde áreas

instintivas de la mente – el subconsciente se reconstruirá a sí mismo o se re-programará a sí mismo, por sí mismo, en las mismas condiciones que tenía antes de que el aspirante comenzara a trabajar en él. Está sobre aviso en cuanto a esto. Ten cuidado con la mente subconsciente. Si te hallas en el sendero, mantente caminando. Permanece en un buen ambiente. Mantén la intensidad y asóciate con aquellos que están en el sendero, aquellos que se hallan trabajando con ellos mismos, aquellos que se están esforzando hacia adentro, y con su ejemplo y con las vibraciones de su ser ellos te inspirarán y te ayudarán a que trabajes contigo mismo y te esfuerces hacia tu interior.

Cuando viejas estructuras de hábito comienzan a re-programar la mente subconsciente casi sin que tú lo notes, la vibración de aquellos que están esforzándose en el camino a tu alrededor, vigilarán que esas cualidades no obtengan demasiado poder. Nosotros estamos influenciados por nuestro ambiente. Somos influenciados por la gente a nuestro alrededor. Por lo tanto, está con gente que te puede influenciar en lo mejor hasta que estás re-programado en forma suficientemente poderosa para influenciar a aquellos a tu alrededor.

Miércoles : Definiendo la Sub-Superconciencia

La mente sub-superconsciente es un subconsciente acallado. Esto es lo que realmente es. Es la subconciencia que se ha apaciguado estableciéndola en un estilo de vida contemplativo. Es el receptáculo para que las áreas superconscientes de la mente impregnen el cuerpo físico desde la psiquis, de modo de que el cuerpo del alma pueda mirar hacia fuera a través de los ojos del cuerpo físico, irradiar a través de las células del cuerpo físico y permitir que los rayos superconscientes irradien hacia afuera a través del aura.

Te gustaría tratar de localizar el estado sub-superconsciente de la mente? Mira a la habitación a tu alrededor. Esa es la mente consciente en la que estás tomando conciencia. Luego, focaliza en tus sentimientos y toma conciencia de lo que estás pensando. Ahora estás tomando conciencia en la mente subconsciente. A continuación, siente tu identidad espiritual, siente el poder en tu médula espinal. Siéntate erguido. Siente la poderosa energía en el interior de tu médula espinal. Al mismo tiempo estás identificado con ser la energía de la médula espinal y separas la sensación de energía, de la médula espinal física, mira a la habitación a tu alrededor y vuélvete consciente de tus pensamientos y sentimientos personales. El hacer esto te lleva a un estado sub-superconsciente, ya que estás consciente de tu superconciencia, el poder y la energía y la vida y las fuerzas espirituales que residen dentro del cuerpo. Simultáneamente estás consciente de tu facultad pensante, de la habitación a tu alrededor y de ti mismo como ser de energía pura. Es así de simple el estar en un estado sub-superconsciente, más difícil es permanecer en él por largos períodos de tiempo.

El sentimiento de la eternidad del ahora es experimentado en la primer llegada al estado superconsciente de la mente. Esto sucede cuando el estado subconsciente de la mente esta en un estado de quietud, un estado de completa receptividad a la superconciencia. No ha sido destruido, pero ha sido purificado de todo obstáculo, tales como apegos negativos. Cuando esto sucede, el devoto tiene la sensación de que no existe futuro, que no existe pasado y que la única realidad es la realidad del ahora.

La mente sub-subconsciente, abierta así al influjo del poder actínico, crea un campo de fuerza llamado campo de fuerza actinódico. Esto es, las fuerzas ódicas del subconsciente habiendo sido impregnadas con suficiente energía actínica de modo que las fuerzas ódicas son aquietadas, organizadas y controladas a través del poder actínico, forman un nuevo estado de la mente llamado el estado de la mente sub-superconsciente.

Grandiosas perspectivas de creatividad se abren para aquél que aprende a mantenerse abierto y receptivo a la mente sub-superconsciente. Música, arte, drama y danza fluyen de lo más

espontáneamente, y respuestas a preguntas en el subconsciente, previamente no respondidas, se presentan en destellos intuitivos, sin el uso de la razón, y sin estar reñidas con la razón. Un sentimiento de satisfacción y confianza se alberga dentro del individuo que ha aprendido a identificar conscientemente el uso de la mente sub-superconsciente.

Jueves : Seguridad en Superconciencia

Cuando las fuerzas superconscientes disminuyen, la mente sub-superconsciente, en efecto, se desvanece de la conciencia del devoto, y él se vuelve simplemente consciente de su mente subconsciente. De la misma manera, cada tanto, la mente consciente ensombrece la mente subconsciente, y el devoto se vuelve totalmente consciente en el mundo externo, con la mente subconsciente desvaneciéndose de su toma de conciencia consciente de ella. Por consiguiente, el objetivo del devoto es controlar las fuerzas materialistas y las impresiones que estas crean en su mente, de modo que él se pueda volver conscientemente consciente en el estado de mente que elija.

El mayor sentimiento de seguridad es el sentir que : "Yo estoy bien, en este preciso instante." El simple creer esto aquieta temporariamente no solo la conciencia, sino los temores instintivos del subconsciente y produce un influjo inmediato de toma de conciencia superconsciente, intuitiva, a través del subconsciente, dando seguridad y solidaridad a la totalidad de la mente expandiendo la conciencia a través de energía actínica. A medida que expandimos nuestra conciencia a través del control consciente de energía actínica, nos hacemos concientes de nuevas propiedades y posibilidades dentro de nuestra naturaleza. También nos volvemos conscientes de los dominios del conocimiento dentro nuestro que pueden ser alcanzados a través de nuestro continuo sadhana.

La meditación es el uso consciente de la mente sub-superconsciente para resolver los problemas que se nos plantean en nuestra actividad diaria y sacar soluciones creativas desde los escondrijos interiores de nuestra propia mente. Otra manera de usar las fuerzas superconscientes es a través de la afirmación. Cuando te dices a ti mismo, "Yo estoy bien, en este mismo instante," inmediatamente aúnas las fuerzas de tu mente. Todos los temores, preocupaciones y dudas cesan. Un influjo de energía actínica llena el subconsciente y una sensación de seguridad dinámica impregna tu ser.

Para usar conscientemente la mente sub-superconsciente, antes de dormirte por la noche, repítete esta afirmación, una y otra vez: "Mañana me levantaré lleno y estremecido con energía cósmica de Dios Siva, creativo y en sintonía con el universo." Dite esto muchas veces y siente que la energía actínica se comienza a mover, la fuerza de vida se pone en movimiento dentro de tu cuerpo. Tú despertarás por la mañana, lleno y estremecido con energía creativa y con un deseo de ser productivo, de crear. Respuestas a problemas serán reveladas inmediatamente desde tu interior. Experimentarás el mecanismo de repetición, de encontrar soluciones a preguntas que habían estado sin respuesta en tu mente subconsciente quizás por años. Todo esto y más te llegará a través de la gracia de Dios Siva y de nuestros muchos Dioses si diligentemente y con regularidad cumples con tu sadhana.

Viernes : Progreso Sub-Superconsciente

Un devoto que pueda comandar su mente a ser creativa instantáneamente, y ser consistentemente exitoso, a adquirido un control consciente del uso del estado de mente sub-superconsciente. Esto es debido a que la mente subconsciente – hecha de fuerza ódica, una sustancia como pegajosa que absorbe impresiones, mantiene impresiones y las archiva (aunque sin embargo no siempre en una forma organizada) – ha sido comprendida, disuelta y puesta en conformidad con las fuerzas cósmicas viviendo una vida religiosa. En esta condición pura, los intentos del devoto de dirigir sus propias fuerzas mentales, tienen éxito muy naturalmente. Sin obstrucciones, las fuerzas superconscientes fluyen en la vida del devoto, y hay creatividad en abundancia. Una vez que el primer avance ha sido hecho, encontramos que estos rayos brillantes de la mente cósmica – que también denominamos Satchidananda, la mente de Dios Siva, de los Dioses y de tu alma inmortal – penetran la sustancia pegajosa del subconsciente, reorganizándolo y purificándolo.

La próxima vez que te sientas físicamente, mentalmente o emocionalmente fatigado, usa tu fuerza de voluntad para ordenar el acceso a las energías cósmicas que existen profundamente dentro tuyo. No permitas que el cuerpo o la mente caigan en estados letárgicos o depresivos. Siente las fuerzas de vida agitándose, fluyendo hacia fuera para estimular cada célula de tu ser.

Cuando tú puedas ver una luz blanca brillar en tu cabeza en una habitación oscura, o aunque sea un destello de ella, o si escuchas el sonido de alta frecuencia “iii,” zumbando en tu oído interno, entonces tú sabrás que estás funcionando conscientemente en el estado de mente sub-superconsciente. Los devotos que han tenido su primer destello de luz blanca en su cabeza o escuchado el constante “iii” de alta frecuencia en su oído interno han despertado el proceso del estado de mente sub-superconsciente, y éste trabaja en adelante en forma bastante automática. Todo lo que necesitan hacer es aprender cómo usar conscientemente sus poderes trascendentales sub-superconscientes. Todo esto ocurrirá naturalmente a través de sus sadhanas continuados. El primer destello de luz blanca clara es sub-superconsciencia. Los campos de fuerza ódica de oscuridad que se ven dentro de uno, son creados por las creencias reñidas con el Sanatana Dharma, por resentimiento y por karmas conflictivos del pasado. Estos se han acumulado a través de siglos del ser humano entremezclándose con su propia especie. Esta oscuridad interior o fuerza ódica, ha creado la mente subconsciente y la mente consciente del ser humano, de la manera que él la conoce hoy. Cada devoto desea internamente romper las barreras de esta oscuridad interna, dándose cuenta del descontento causado por el flujo hacia adentro y hacia fuera de las fuerzas ódicas comunicantes, no solo entre él y su familia, amigos y relaciones, sino también su asociación con el mundo en general.

Sábado : Destellos de Luz e Intuición

El deseo intenso por el desarrollo espiritual se auto-manifiesta eventualmente en un avance de voluntad actínica, que impregna la mente subconsciente del devoto hasta que él se identifica a sí mismo completamente como un ser actínico. Esto sucede desde los profundos dominios de la mente humana y eventualmente se manifiesta en la conciencia , luego en las estructuras de pensamiento y finalmente en palabra y acción. La voluntad actínica también surge de la transferencia del deseo de objetos y actividades materiales, hacia encontrar alguna solución real dentro de uno mismo a la eventual búsqueda de todo ser humano, la paz interior. Esta fuerza actínica se vuelve tan fuerte, que finalmente hay un avance o destello de luz. Esto sucede muy naturalmente con muchas personas que ni siquiera se han valido de enseñazas clásicas yogas. Este primer destello lanza en órbita, por así decir, el estado de mente sub-subconsciente, ya que de allí en adelante, un infinitésimo flujo de fuerza actínica, comienza a impregnar la mente subconsciente, aliviando las presiones o confusión u oscuridad de los campos de fuerza aglomerados, acumulados. Después de este primer avance, el devoto se vuelve más creativo, más amable, un poco más feliz, y más inclinado metafísicamente, ya que la mente sub-superconsciente se vuelve otro campo de fuerza constructor.

En ocasiones, los devotos tienen destellos de intuición, estallidos de conocimiento profético. Algunos devotos en ocasiones, también entran en estados de trance, donde mensajes pueden llegar a través de su voz desde la mente superconsciente sin el conocimiento de la mente consciente. Cuando el estado de trance amaina, usualmente no recuerdan lo que dijeron o hicieron. Tales estados sub-superconscientes son a menudo producidos por emoción religiosa intensa, que en ocasiones se vuelve tan arrolladora que perfora la subconciencia mundana y la mente consciente.

Tu fé en el poder de la sub-superconciencia también revelará tu destino en esta vida. “Voy a ser lo que quiero afanosamente ser.” “Voy a hacer lo que quiero afanosamente hacer.” Puedes repetir estas dos afirmaciones una y otra vez, una vez tras otra y ordenar, re-estructurar las fuerzas de tu mente subconsciente y crear una gran paz interior dentro tuyo. Y trae las fuerzas de la superconciencia a través de tu subconsciente. Esto crea sentimiento, un sentimiento de que eres lo que tú dices que eres – positivo, directo, lleno de vida y energía y poder creativo. Tu mente superconsciente confirma esto a través de tu mente consciente, no solamente a través de sentimiento, sino que te hallarás representando tu parte con toda bondad y seguridad, ejercitando la voluntad positiva de “Voy a ser lo que quiero afanosamente ser” y “Voy a hacer lo que quiero afanosamente hacer.”

Domingo : Sigue Adelante con Confianza

Existen aquellos que simplemente siguen los patrones de campos de fuerza ódicos de otros y nunca realizan su destino actínico, ya que nunca han tenido la habilidad de romper con su poder actínico las barreras de fuerza ódica. Un destino actínico es encontrado por aquellos que se destacan de las masas y realmente hacen algo, que viven una vida creativa para el beneficio de los otros. El poder actínico crea a través del subconsciente, pero es un poder que fluye a través o fluye hacia afuera. El poder ódico es un poder que retiene, como de tipo pegajoso.

Muévete a través de campos de fuerza ódicos sin ser notado. Aquellos que han despertado sus poderes sub-superconscientes a menudo se vuelven exuberantes y, muy a menudo, un poquito egotistas. Y sin embargo, un más profundo atributo sub-superconsciente es aquél de la humildad. Humildad en si misma, es un poder, un poder de la plenitud de la mente sub-superconsciente, que te da la habilidad de moverte a través de los campos de fuerza ódicos sin ser notado.

Debido a la naturaleza de las fuerzas ódicas – que constituyen las personas en sus mentes conscientes y subconscientes, las ciudades, las naciones y los eventos – el flujo de fuerza actínica puede o podría perturbar ciertos campos de fuerza. Las consecuencias a través de la historia han sido desastrosas cada tanto. Por lo tanto, mantén tu conocimiento superconsciente y los poderes, donde se encuentran, como un mecanismo interno tuyo, disponible para tu uso consciente. No hagas público tu poder superconsciente, ya que los campos de fuerza ódicos de celos y de temor, pueden ser estimulados en contra tuyo. Por lo tanto, aprende a moverte sin llamar la atención en el mundo de fuerzas ódicas, al mismo tiempo que contribuyes a la belleza del mundo a través del uso consciente de tu mente sub-superconsciente.

Todo lo que es hermoso ha venido de poderes sub-superconscientes que han despertado dentro del ser humano. De modo que deja que tu vida resplandezca por tus acciones en vez de que sea a través de hacer públicos tus poderes sub-superconscientes. No hay orgullo tan grande y tan difícil de eliminar como el orgullo espiritual. La habilidad de trabajar con fuerza actínica a través de la mente subconsciente puede muy fácilmente distorsionarse en acumular aún una mayor mente subconsciente ódica.

Y ahora, en una forma de pensar menos exigente, aquí tienes otra forma de usar conscientemente tus poderes sub-superconscientes. Cuando tú sabes cuál es la próxima cosa a hacer o la próxima cosa a decir, ésta es tu mente sub-superconsciente. Practica el sentirte confiado, seguro en la conciencia del eterno ahora. Absorbe la realimentación de grupos de personas, o de personas con las que

hablas, y cuando tu mente subconsciente ha recolectado la realimentación, siente dinámicamente la eternidad del momento, y tú sabrás exactamente la correcta cosa a decir, o la correcta cosa a hacer. Esto es usar conscientemente tus poderes sub-superconscientes.

La cosa más grandiosa que un devoto debe aprender es que todo el conocimiento está dentro de uno mismo. Por lo tanto, ve a tu universidad interna, a tu gran escuela sub-superconsciente, y genera conocimiento. Para hacer esto, ten confianza dentro de ti mismo. Para tener confianza dentro de ti mismo, no temas. Para no temer, dite a ti mismo, “Yo estoy bien, en este preciso instante.” Esto te llevará rápidamente a la conciencia de la eternidad del momento. Sentirás fuerza actínica impregnando, o más vida impregnando tu cuerpo, que es subconsciente, y tu estado de mente sub-superconsciente estará activo. Eso es, sigue adelante con toda confianza de que tú eres el conocedor de todo lo que hay por conocer.

30 – La naturaleza del pensamiento

Lunes : Pensamiento y Conciencia

El místico, durante los estadios preliminares, trata diligentemente a través del sadhana de extraer la toma de conciencia del área pensante de la mente, mientras que simultáneamente trata de percibir sin pensar en lo que ha percibido. Es la visión de conjunto de lo que ha sido percibido, lo que el místico trata de asir superconscientemente en una serie de destellos. El sabe bien que el pensar es el estrato más externo. El místico, a través de todo momento de vigilia e incluso durante el sueño, se empeña constantemente en fortalecer su observación aguda a través de la percepción de la visión de conjunto del estrato de pensamiento, en vez de pensar en ello. Mi guru decía a menudo, "Existe una silla en el tope. Siéntate en ella y mira al mundo desde esa perspectiva." El místico está constantemente sentado en esta silla, mirando a la mente desde el umbral del Absoluto.

Son las emociones más bajas, las que cuando estimuladas, llevan la toma de conciencia desde las profundidades internas hacia el estrato de pensamiento de la mente, fortaleciendo así los sentimientos y emociones humanas con poderes de razonamiento y memoria. Por lo tanto, para aquellos no demasiado metidos en las trampas emocionales externas, ciertos sadhanas pueden ser realizados para regular estos impulsos instintivos. Cuando éstos son menos fuertes e impulsivos, uno tiene la sensación de poder controlar los propios pensamientos. Luego, si el sadhana continúa, se siente la sensación de que la toma de conciencia viaja entre estos pensamientos, y más tarde, tiene lugar la percepción de estar suspendido por sobre el pensamiento, mirando al estrato de pensamiento o a una porción de este.

Para dar un ejemplo del estado de pensamiento, y del estado más profundo de no pensar pero percibir pensamientos, imagínate estar sentado frente a un aparato de televisión. El aparato no ha sido encendido, y tú estás pensando acerca de distintas cosas que te involucran personalmente, y deseas distraer tu toma de conciencia de ellas, mirando un programa de televisión. Cuando te vuelcas al programa, sentado al otro extremo de la habitación del aparato de televisión, tienes la sensación de percibir los pensamientos, estados de ánimo y emociones del programa, sin necesariamente pensar. Tú percibes. En forma similar, el místico puede ser llamado el observador de la obra de la vida, ya que él está más profundamente identificado con su profundidad interior, que con el estrato de pensamiento y las estructuras que él percibe.

El místico vive en un estado similar al de un niño, ya que el niño no piensa, pero percibe. Este por supuesto reacciona emocionalmente a

algunas de sus percepciones, pero solamente cuando llega a los doce o catorce años de edad, es que comienza a entrar en el estrato de pensamiento de la mente. El místico llega deliberadamente al estado del niño, a través de sadhana, y por supuesto ha despertado en si mismo la facilidad de ir a las sucesivas áreas de conciencia aún más refinadas.

El concepto total de crear un pensamiento, o de pensamientos de la mente que ya existen, o de pensamientos y conceptos siendo desintegrados o siendo destruidos porque no son usados más, depende completamente de la naturaleza del sadhana del místico. Existen cuatro diferentes perspectivas para mirar a la mente desde el interior de uno mismo. En el lenguaje Shum, estas cuatro perspectivas se llaman shumef, moolef, simnef y defee. Y por supuesto muchas combinaciones de estas perspectivas pueden ser usadas y han sido usadas, originando los varios puntos de vista filosóficos y metafísicos que conocemos hoy día. Cómo el pensamiento es visto dentro de la mente de uno, depende totalmente de la posición del estado individual de toma de conciencia de uno. Esto a su vez depende del sadhana previo que fue realizado.

Martes : Pensamiento y Manifestación

Pensamiento y materia son sinónimos. Simplemente deben ser vistos de esta manera para ser comprendidos como tales. Desde el área externa de la mente, la materia parece estar separada del pensamiento. Sin embargo, desde la perspectiva central e interna del místico, pensamiento, energía y materia son uno. Las cosas y las formas son y han sido manifestaciones de conglomerados de pensamiento a través de las épocas. Y por supuesto, cuando consideras materia animada e inanimada con tus propias facultades, ellas son reducidas inmediatamente a pensamiento. Esta es la forma en que un místico que ha alcanzado la Realización del Ser lo ve. El también sabe que el pensamiento es de una naturaleza aparentemente más permanente que los objetos animados e inanimados que parecen cambiar bastante rápidamente.

Por lo tanto, tenemos ahora la hipótesis de que pensamiento, energía y forma manifiesta son uno y lo mismo, solamente vistos diferentes por la persona que no es iluminada. Por lo tanto debemos convenir en que en el mismo instante en que pensamos acerca de cualquier segmento de forma manifiesta, estamos simplemente moviendo la toma de conciencia individual hacia el éter sutil de la mente donde la forma existe en estado no-manifiesto. Con "no-manifiesto" quiero significar que no tiene dimensión física, forma o densidad. Por consiguiente, si la materia no fuera pensamiento, cómo podría ser reducida a pensamiento? Esto nos lleva a otra visión de forma, pensamiento y energía, y esta es la de la energía que impregna todo, la base de toda forma y pensamiento, la sustancia original de la mente – manifestaciones internas y externas de la forma. Si esta fuera eliminada, no habría forma ni pensamiento – ya sea interior o exterior. La toma de conciencia individual del ser humano es de la naturaleza de esta energía actínica del universo que todo lo impregna. Digo "de la naturaleza de" porque tiene también muchas otras cualidades, siendo un puente entre la visión de la forma y la ausencia de forma.

Existen varios estratos de pensamiento, y entre estos, el más obvio es por supuesto, el que normalmente denominamos pensante. El estrato del plano astral de la motivación del pensamiento, debido a que es de naturaleza más refinada, y por lo tanto más permanente, precede a todo pensamiento exteriorizado. No nos damos cuenta de éste, hasta que comenzamos a meditar con frecuencia, habiendo perfeccionado la concentración y la meditación. Sin embargo, existe aún otro área del pensamiento, que puede ser vista desde la quinta dimensión de la mente, y aquí vemos la forma en todas sus facetas de manifestación desde un punto en el espacio y tiempo interior. Podemos ver al futuro y al pasado, viendo un objeto singular y ver el cambio en manifestación, como nuevos cuadros individuales en una película, cada uno de ellos apenas un poco diferente del otro. Esto realmente debe ser experimentado para ser creído – que todas las

facetas de manifestación y que todas las diversas y variadas formas del universo existen en el gran círculo de la vida. Por lo tanto podemos concluir que es ese punto en tiempo y espacio donde nuestra toma de conciencia reside el que nos encajona a ver sólo un cuadro por vez en este círculo de la creación, preservación y disolución de la forma, que conduce a la creación de la misma forma de nuevo.

El místico, una vez que reconoce su punto particular en tiempo y espacio, puede viajar alrededor de este círculo de vida a voluntad, siendo su control el sadhana previo, bien llevado a cabo durante los primeros años de su desarrollo.

Miércoles : Toma de Conciencia Exteriorizada

Cuando te concentras en la flor, uno de los sadhanas que te fue dado, y cuando la toma de conciencia se mantiene firme y sólo la flor existe dentro de la mente, así como fuera de tu cuerpo, puede comenzar la observación detallada y el escrutinio de la flor. Un destello intuitivo traerá el conocimiento del ciclo completo de esta forma particular en todas sus facetas de manifestación. Este destello intuitivo llega a aquellos que están apenas comenzando el proceso de meditación. Más tarde el proceso puede ser desacelerado y mantenido. No podemos ser imaginativos o fantasear aquí, ya que sólo a través de ponernos en tono con el área particular en tiempo y espacio, puede uno comenzar a contemplar el futuro y el pasado en relación con ella.

Viviendo en el área externa de la mente, parece como si los pensamientos estuvieran siempre cambiando. Nuevos conceptos llegan y los viejos conceptos se van, como pasa con las costumbres y sistemas de vida. Desde una perspectiva interna, es como viajar en tren, ver la campiña, los animales, la gente y los edificios pasar rápidamente. Todo parece estar cambiando, pero es simplemente que tú te hallas viajando a través del espacio. Así es también dentro de la mente. Viajas a través del espacio interior rápidamente o despaciosamente, dependiendo de la naturaleza de tu sadhana o de tu velocidad emocional natural. Es a través de mantenerse firme en esta perspectiva, que se puede alcanzar una ruta rápida hacia mayor iluminación. Si tú te mantienes en la perspectiva de que los pensamientos y las formas están siempre cambiando, tu toma de conciencia se atrapa a sí misma como la víctima en la minúscula conciencia en un vasto y cambiante conglomerado de sustancias mentales de prana. Tú has experimentado esto sin duda, ya que es la experiencia de aquellos que no han despertado al sendero interior.

Lo que debemos buscar ver es la energía que todo lo satura, y que impregna toda forma. No es necesario centralizarse en un pensamiento o secuencia de imágenes en vez de otras, para obtener

esta nueva perspectiva, ya que en cierta forma, no podemos escalar hasta ella. Debemos dejarnos caer hacia ella yendo profundamente hacia dentro de la esencia de la mente e intuir la fuerza que todo lo impregna. Salimos de ese estado como una toma de conciencia pura, libre de estorbos, capaz de fluir y de enfocarse sin apegos en las acostumbradas áreas de la mente que forman lo que denominamos "nuestra vida," y a medida que nuevas cavidades de la mente se abren ante nuestra visión, fluimos hacia dentro y hacia fuera de ellas libres y sin ser estorbados por lo que vemos.

Jueves : Las Fuentes de Pensamientos

A veces los pensamientos que piensas no son tuyos. Tu toma de conciencia individual puede haber sido jalada inadvertidamente hacia el área de la mente en que alguna otra persona está tomando conciencia. Entonces, sin intención, puedes estar leyendo los pensamientos de otro como si fueran tuyos, y si son de una naturaleza que tú no apruebas, es posible que te desilusiones contigo mismo. Un discernimiento agudo debe ser siempre empleado por el aspirante en el sendero de modo de descifrar cuál es cuál. Esto es difícil, pero siempre debes examinar los pensamientos que aparecen de repente en tu cabeza y averiguar si ellos son en efecto tuyos o de otro.

Un esquema general que puedes seguir para distinguir tus pensamientos personales de aquellos de otra persona es el siguiente. Tan pronto como comienzas a preguntarte acerca de tu pensamiento con esto en mente, si los pensamientos son tuyos, continuarás pensando de la misma manera luego de que tu cuestionamiento a amainado. Sin embargo, si son de otro, a través del simple acto de cuestionarte si lo son o no, has movido la toma de conciencia del área de la mente en la cual están vibrando. Luego, cuando el cuestionamiento ha amainado, tú olvidarás ese curso de pensamiento, y continuarás con los tuyos. Sus pensamientos se desvanecerán de tu memoria de la misma manera que lo hacen los sueños cuando te despiertas por la mañana.

Con esto no se quiere inferir que debes cuestionar tu pensar cada minuto del día de la forma en que acabo de describir. Ya que, más que a menudo, con las personas que amas, así como con amigos y conocidos, tu quisieras siempre dejarte llevar hacia las áreas de la mente en las que ellos se encuentran, así como lo quieren ellos contigo. Es sólo en raras ocasiones, que pensamientos de una naturaleza desagradable, de naturaleza instintiva, especialmente sexuales, pueden militar en contra de tu sadhana. Mi consejo es que en vez de culparte a ti mismo, primero examina si esas fantasías son realmente de tu propiedad. Histeria colectiva y temor a un desastre nacional o mundial pueden ser captados por un individuo sensible, a veces sin saberlo. En este respecto, debemos estar alertas.

Existe un ermitaño Saivita, el venerable Markanduswami, que vive en una humilde cabaña de barro en Sri Lanka. El es muy anciano, y fue por muchos años un discípulo de Jnanaguru Yogaswami. En efecto, toda su declaración es una cita de su guru. Una tarde en su cabaña describió la forma en que Yogaswami manejaba el pensamiento durante la meditación. Dijo, “Yogaswami dijo, ‘Realiza tu Ser por ti mismo. Tú quieres leer este libro, ese libro y todos estos libros. El libro de Conocimiento Infinito está aquí (señalando a su pecho). Mejor abre tu propio libro.’ La descripción que él me dio para abrir ese libro es esta ‘Cuando te hallas en meditación, tú

observas la mente. La mente está saltando de un lado a otro. Uno, dos, tres, ... cien. En unos pocos segundos la mente va a cientos de lugares. Déjala. Y también observa muy atentamente. Esta mente está corriendo de un lado a otro. No olvides a tu Ser ni por un segundo. Déjala ir a cualquier lugar, pero si va a cien sitios, la debes seguir a los cien sitios. No te debes perder ni uno. Síguela y toma nota, Está yendo a aquí. Ahora va allí.' No debes perderte ni un solo sitio. Esa es la descripción que Satguru Yogaswami me dio para abrir el libro interior. El dijo, 'Observa atentamente y aprende a captar las cosas que vienen del interior. Esos mensajes son muy valiosos. Son invaluables. Realiza tu Ser por ti mismo y abre tu libro interior. Por qué no abres tu propio libro? Por qué no lo usas? Que sendero tan sencillo te estoy recomendando!'"

Viernes : Siendo el Observador

Podemos ver que desde el punto de vista del místico, él es el observador. Y así como el espejo no pierde el color debido a aquello que refleja, así es el místico en su estado perfeccionado. Tu estado perfeccionado, también, como el observador, está exactamente allí, profundamente dentro tuyo. La próxima vez que te sientes a meditar, sigue el consejo que nos dio a todos mi guru y sé el espectador de tus pensamientos. Sé esa toma de conciencia estacionaria manteniendo la forma en su misma perfección. Todo lo que tienes que hacer es observar a tu mente pensar. Entonces y sólo entonces, tú experimentas tu estado perfecto de ser interno. La única diferencia entre el jnani y el novicio es que el jnani se queda allí como el observador por un tiempo más prolongado, mientras que el novicio experimenta esto momentáneamente en una u otra ocasión.

Este es el resultado de la gran abundancia de tu sadhana, y como el observador, una vez estabilizado dentro de esta nueva plataforma, un nuevo principio se inicia. Existe mucha preparación que tú puedes llevar a cabo para obtener este estado prolongado en forma más rápida. Existen cosas que debes hacer y cosas que no debes hacer que tienes que tener en cuenta y obedecer explícitamente. Regula tu inhalación respiratoria de modo que lleve el mismo número de cuentas que tu exhalación, y siente la dicha de tu cuerpo a medida que se relaja y se armoniza. No permitas complacencias en fantasías sexuales ni siquiera por un instante. Corrige tu dieta a una de alimentos sattvic que crecen sobre el suelo. No permitas discusiones mentales ni contigo ni con ningún otro.

Estos cuatro consejos son la fórmula básica para limpiar la escoria de la mente así como del subconsciente , no poniendo más en ellos. Con seguridad, los resultados serán debilitados si el aspirante medita en la mañana, se involucra en discusiones mentales por la tarde y en fantasías sexuales antes de ir a dormir, o en cualquier otro momento. Su disciplina yoga entonces simplemente reforzará sus fantasías y sus repercusiones, así como la excitación de una discusión mental.

Por consiguiente, sacando del camino estas dos enormes barreras, el sendero está despejado, el sadhana es más sencillo de manejar y los resultados se acumulan.

Al comienzo de tu práctica de descifrar la naturaleza de la toma de conciencia y no la naturaleza del pensamiento – que debe ser hecho satisfactoriamente antes de que la toma de conciencia pueda ser realmente liberada – evita criticar a ti mismo o a otros a medida que comienzas a observar las muchas cosas en las que has estado pensando todos estos años. Ya que es un hecho que una vez que eres capaz de observar tus propios pensamientos aunque más no sea un poquito – aunque te puedas sentir desdichado con muchos de esos pensamientos ya que no se ajustan a la nueva filosofía y visión a la que aprecias y en la que has volcado tu interés, y aunque puedas aborrecer algunos pensamientos y actitudes – tú ya estás separado de ellos de alguna manera. Entonces, no empeores las cosas criticándote por el pensamiento y las estructuras de hábito mentales que estás observando. Esto puede causar tensión en el sistema nervioso y trabajar directamente en contra del pranayama que puedas estar practicando, y anular los resultados. En vez, declárate el observador en este estadio inicial y obedece las cosas que debes hacer y que no debes hacer que te acabo de mencionar. Hermosos pensamientos filosóficos y sentimientos refinados llenarán y tomarán el lugar de minutos u horas previamente usados en discusiones mentales o fantasías instintivas.

Sábado : Buscando Una Nueva Perspectiva

En la perspectiva filosófica-teológica de la mente que denomino moolef, vemos pensamientos como viajando de uno a otro. Esto es lo que aparentan hacer, desde un punto de vista. Ellos no sólo viajan de una persona a otra, sino que se los ve pasar rápidamente frente a nuestra visión, demandando y comandando a nuestra toma de conciencia a viajar con ellos. Estamos entonces enfrentados con la tediosa tarea de aquietar la mente esforzándonos por controlar estos pensamientos. A través del control de la respiración y varias formas de comprensión previas, que se van acumulando a medida que nos mantenemos llevando a cabo nuestro sadhana, la perspectiva mística profunda que llamo shumef, sitúa rápidamente la toma de conciencia individual suficientemente profundo dentro nuestro, donde no es perturbada por altibajos emocionales o físicos ni por tangentes intelectuales, de manera que el mundo del pensamiento puede ser visto como estacionario, y que la toma de conciencia es la que se mueve de pensamiento a pensamiento explorando y registrando lo que ve. Esta, como he mencionado antes, es la perspectiva que se debe buscar y que se debe obtener a través de llevar a cabo el sadhana.

El mantenerse en un lugar en las profundidades internas de la mente, completamente consciente de estar en ese lugar al mismo

tiempo que consciente de lo que sucede a tu alrededor, es el estado que debes obtener y mantener a lo largo de tu vida. Siendo el observador, la ignorancia se disipa, la emoción se calma y la estampida presagiante de la excitación se domina. Siendo el observador, la visión global de la vida es precisa, y se mantiene un balance entre el interior y el exterior.

Durante el transcurso de esta práctica, puedes sentirte completamente apartado de lo que habías creído que eran las realidades de la vida. Siempre se debe recordar que ha ocurrido una insatisfacción inicial que obligó a iniciar la búsqueda hacia adentro. Fue esta insatisfacción la que primeramente estableció conscientemente el estado interno, profundo, de poder observar a tu mente pensar y a las experiencias ocurrir. Pero este estado, una vez que se obtiene, no es fácil de mantener. Se necesita práctica para dar confianza y aceptar las nuevas estructuras de hábito en los dominios externos de la expresión diaria. La práctica es el constante jalar la toma de conciencia hacia adentro y desde allí, desde ese punto central, mirar hacia fuera, a la mente. Unicamente llevando a cabo esta acción una y otra vez el éxito llega y se establece.

Si nunca has experimentado observar a tu mente pensar, a tus emociones jugar, observar a tu cuerpo moverse mientras vives dentro de él, entonces puedes encontrar difícil el concebir este estado de permanencia perpetua profundamente dentro en un punto central.

Como debemos comenzar por algún lugar, comencemos con el cuerpo. Los ojos observan las manos en acción, y al mismo tiempo podemos pensar acerca de las manos. También, en un paso más profundo, es posible pensar acerca de los ojos y observar hacia adentro el mecanismo de la vista, los ojos, los ojos viendo a las manos, los pensamientos acerca de las manos, ojos y vista. Este “tú” es el observador, el testigo – el estado en que el místico se halla conscientemente consciente. Es posible volverse consciente en este estado a través de esta simple práctica, por cortos períodos de tiempo, y una vez que has comprendido el principio involucrado, el éxito es seguro.

Domingo : Vuélvete el Observador

Debemos darnos cuenta que esto es simplemente volver a despertar la conciencia a un estado natural, y que no existe nada místico, difícil o interno que tenga que acontecer para mantener simultáneamente la toma de conciencia del interior y del exterior desde un punto central de la mente. Es sólo debido a que uno no está acostumbrado a pensar de esta manera, que puede parecer difícil. Pero los niños pequeños están en este estado una gran cantidad de tiempo, y es muy natural para ellos.

Yo describiré los estadios iniciales del observar a la mente pensar de manera similar a sentarse tranquilamente, con los ojos abiertos y sin pensar en nada en particular, mirar a tu alrededor – sintiendo todo el tiempo algo como un vacío en tu interior, pero viendo lo que está frente a ti, a tu izquierda, a tu derecha, por sobre ti y por debajo, y sabiendo lo que cada objeto es, pero sin pensar acerca de cualquier objeto o colección de objetos. Tos ojos están viendo, quien vive detrás de ellos es el observador. Los objetos que la mente percibe, son similares a los pensamientos.

Cuando cierras tus ojos y comienzas a pensar acerca de los objetos que has estado mirando, duplicando tu alrededor en la mente creando imágenes de pensamiento de esos objetos, hay un “tú” más profundo, que es el observador de esos pensamientos. Esto lo puedes practicar a lo largo de todo el día en casi cualquier lugar que te halles. No demanda ninguna práctica ni destreza particular. Puede ser hecho en cualquier momento. Estás simplemente volviéndote consciente del proceso natural de la toma de conciencia, de la conciencia y del pensamiento, que han tenido lugar día tras día a lo largo de toda tu vida hasta este momento.

Cada vez que practiques el ser el observador, empleando el método que acabo de describir, tan pronto como empieces a tener éxito, recibirás inmediatamente el impacto de realización de cuán comprometido en la mente externa has estado entre los períodos de práctica. Encontrarás que cuanto más practiques regularmente, en forma creciente, más frecuentemente recordarás continuar con tu “observación” en el medio de tu vida diaria –

Mientras viajas en un medio de transporte, mientras hablas con personas, haciendo compras en tiendas abarrotadas de gente, incluso en el medio de un desacuerdo o en la cumbre de un flujo creativo. “Tu”, el observador , presidirá, y al hacerlo traerá esa presencia interna tan necesaria para una vida fructífera y completa.

Con esto presente, siéntete animado, ya que debemos recordar que lo que parece ser la tendencia cultural de este siglo, es el compromiso total en las cosas externas de la mente. Por lo tanto, puede tomarte unos años el cambiar este patrón. No es fácil enviar la toma de conciencia vertiginosamente hacia adentro a su base, cuando el resto del mundo está zambulléndose en la otra dirección. Si en el comienzo, simplemente eres capaz de observar a la mente pensar y a los ojos ver, unos pocos minutos por día, eso es suficiente, en tanto la práctica sea regular y continua, día tras día.

Otros tipos de práctica previamente descriptos en el sadhana de este libro, reforzarán esta habilidad e incrementarán tu capacidad de mantener ese balance entre lo interno y lo externo, si se lleva a cabo con regularidad. Este estudio intrincado de la toma de conciencia estable versus pensamiento fluctuante puede ser seguido

únicamente tomando el enfoque lento y a veces arduo, no entusiasmándose en demasía ante los logros ni descorazonándose por las fallas.

31 – El cuerpo físico y el cuerpo pránico

Lunes : Preséntate a Tu Cuerpo Físico

Preséntate a tu cuerpo físico mirándote al espejo hoy, en lo posible uno que refleje tu cuerpo entero. Dite a ti mismo en vos alta, "Yo no soy mi cuerpo físico. Soy mucho más grandioso que mi cuerpo físico." Inmediatamente verás que esto es verdad si te acercas al espejo y te paras delante de él con estos dos pensamientos en mente. Luego escúchate a ti mismo diciendo, "Yo no soy mi cuerpo físico. Soy mucho más grandioso que mi cuerpo físico." El cuerpo físico es solamente uno de los vehículos a través del cual tu ser más elevado funciona. Para captar el concepto de cuánto más grandioso tú realmente eres, debes comenzar trayendo bajo tu control consciente esos muchos vehículos. Esto se hace primero usando el poder de la comprensión, que es aproximadamente el cincuenta por ciento de la aplicación del control en lo que se refiere al mundo de la mente.

A menudo los nuevos aspirantes que me vienen a ver para entrar el camino clásico yoga dicen, "Estoy cansado de este cuerpo y de sus deseos. Quiero renunciar a él y vivir enteramente en forma espiritual." No hay nada erróneo con esta resolución, excepto que en general lo que el aspirante quiere decir es, " No tengo control sobre mi cuerpo. No lo comprendo ni a él ni a ninguna de mis tendencias emocionales. Ellos me controlan a mí, y de alguna manera no me puedo evadir de la conciencia de ellos."

En tanto reacciones a tu cuerpo físico, despreciándolo o mimándolo demasiado, no podrás progresar en el sadhana o en la vida religiosa. Sin embargo, a través de la práctica de la concentración del flujo de las fuerzas del pensamiento y a través del uso deliberado de tu fuerza de voluntad, el poder de conocimiento, una comprensión profunda se manifestará dentro tuyo, actuando como agente controlador de las fuerzas ódicas que a veces pueden ser muy turbulentas.

Como ejercicio de concentración, ubícate en las diferentes partes de tu cuerpo físico a través de sentir, mientras te hallas sentado inmóvil. Siente todos tus músculos. Siente cada hueso. Ubícalos con el ojo de tu mente. Siente cada órgano, tu corazón, tu hígado, etc. Siente tu sistema circulatorio, su calidez, su flujo. Tú estás usando las facultades de sentir de tu mente subconsciente, la parte del subconsciente que gobierna los procesos involuntarios del cuerpo. La otra parte gobierna los procesos involuntarios de la mente, tales como los hábitos. Al sentir las diversas partes de tu cuerpo estás realmente volviéndote conscientemente consciente de la fuerza ódica, usando la vibración agresiva de esta fuerza para volverte consciente de tu cuerpo físico.

Martes : Expresiones de Fuerza Actínica

¿Sabías que el cuerpo físico refleja los estados elevados de tu conciencia y en realidad registra el flujo de fuerza actínica? Existen yogis muy avanzados que pueden ver al cuerpo físico de una persona que se inicia y darse cuenta de cuán avanzada se halla en el sendero espiritual. Ellos también son capaces de intuir de su observación las remanentes experiencias subconscientes que deben aún ser elaboradas ya sea físicamente o mentalmente.

Tu cuerpo físico expresará lo más elevado que se encuentra en tu interior cuando las fuerzas actínicas están fluyendo libremente a través de él. A menudo el cuerpo físico refleja la naturaleza baja cuando las fuerzas ódicas son turbulentas y en control o fuera de control. La mejor manera de mantener la fuerza actínica fluyendo a través del cuerpo físico es practicando el arte de dar, haciendo pequeñas cosas por los demás, que no se te pidió que hagas. Esto te mantiene creativo, y ser creativo es ser actínico, superconsciente y religioso. El dar, haciéndolo sin pensar en retribución, el desapego afectivo, crea un vacío ódico al cual tus fuerzas espirituales actínicas fluyen y lo llenan. A medida que practicas este arte de yoga bhakti y yoga karma, tus parientes y amigos, e incluso los extraños, reconocerán tu desarrollo, ya que las fuerzas actínicas, el verdadero "tú", impregnará tu cuerpo físico, dándole vida a cada uno de tus rasgos.

Tú te puedes separar de tu cuerpo físico ódico, solamente cuando sabes que existe un "tú" más elevado, cuando has ganado estabilidad identificándote como fuerza actínica. No confundas tu personalidad o ego con tu individualidad actínica.

A menudo, los dos términos individualidad y personalidad se toman como sinónimos, pero esto está alejado de la verdad. En las enseñanzas yogas clásicas, vemos a la individualidad como al ser de energía actínica, o la luz blanca clara, la sustancia de energía pura de la mente, que es constante, siempre auto-manifestándose, apacible y controlada. Consideramos a la personalidad como las distintas máscaras o personas que cubren a la individualidad. Las personalidades que son pesadas, sombrías y pegadas al rostro, por así decir, son aquellas de un ego intenso, fuerzas ódicas congestionadas. Son muy difíciles y dolorosas de desechar, o de arrancar. Las personalidades que son transparentes permiten a la luz blanca clara del ser actínico brillar a través. Uno puede tener muchas de estas personalidades y divertirse usándolas constructivamente en el mundo, haciendo cosas del mundo, siempre reconociendo que la claridad de la visión actínica brilla a través de la personalidad construida por la mente de la raza del individuo, su ocupación, su estrato social y sus varios logros.

Miércoles : Personalidad e Individualidad

Muchas personas se vuelven apegadas a su personalidad y sufren cuando esta cambia. Uno no puede, sin embargo, apegarse a su individualidad. Para identificar la diferencia entre personalidad e individualidad, podemos decir que la individualidad del ser humano es la mente superconsciente, actínica, que es constante, permanente, siempre auto-desarrollándose y segura, y más interna, y a una frecuencia de vibración más intensa que la de la mente consciente y subconsciente ódicas, que constituyen la siempre cambiante personalidad. Es concebible que una persona pueda tener muchas diferentes personalidades pero puede tener una única individualidad constantemente desarrollándose. De manera que son las máscaras de personalidad o ego, las que debemos identificar como no reales y no permanentes, y a la individualidad actínica como siendo la faceta actínica de la mente, permanente, segura, siempre desarrollándose y refinada. Esta semana haz una concentración interna en las palabras personalidad e individualidad. Trata de localizar tu individualidad identificando tus muchas máscaras de personalidad que has creado en esta vida y escribe lo que descubras de por qué puedes apegarte a la personalidad pero no a la individualidad.

Quizás hayas tenido una serie de experiencias constructivas y positivas. Ellas han ido profundamente en tu mente subconsciente. La mente subconsciente se ha reorganizado dándote una visión de la vida más positiva, constructiva y fructífera. Como resultado, varias semanas más tarde tus amigos te dicen, “Te ves distinto. Tu rostro está rebosante. Pareces ocho años más joven.” Estos halagos también van a tu mente subconsciente y comienzas a sentirte bien con tu cuerpo físico. Recobras tu vigor en la vida. Tu cuerpo se hace más joven porque tu mente ha tenido buenas impresiones implantadas en ella.

Piensa acerca de esto. Siéntete renovado por un cambio en tu mente, y busca experiencias constructivas con una reacción positiva. Permítele a la reacción dar fruto dentro de tu mente subconsciente. Concéntrate y siente los buenos sentimientos impregnar tus corrientes nerviosas que circulan a través de tu cuerpo físico, siendo así actínicamente renovado desde adentro. Buenos sentimientos son como alimento para el cuerpo físico. Alimento desde muy adentro del sistema nervioso, alimentado a través del sistema circulatorio, hacia la piel, crean un resplandor interno que puede ser visto en tu rostro y a través del resto de tu cuerpo. Esto constituye órganos felices. En otras palabras, todos los órganos del cuerpo están trabajando en sincronización perfecta, uno con el otro, siendo apropiadamente alimentados por energía actínica y por las fuerzas ódicas vitales. Una buena y bien balanceada “dieta de fuerza” crea órganos saludables y un sistema nervioso central y un sistema nervioso simpático, controlado y calmo.

Jueves : Poniéndose a Tono con Yoga Hatha

Cuando vivimos en nuestra personalidad, estamos limitados, pero nuestra individualidad reina suprema. Un balance de las fuerzas actínicas y ódicas circulando a través del cuerpo físico brota en individualidad en el aspirante en el sendero. La muy preciada individualidad, el sentimiento de que tú te hallas en el centro del universo, y que el mundo que creaste gira a tu alrededor, no lo hace a uno egotista, sino que forma dentro de la conciencia una profunda humildad, o un profundo sentimiento de las realidades de la vida, estableciendo así un cimiento sólido para la meditación.

El yoga hatha es la ciencia de perfeccionar el cuerpo físico a través de ciertas posturas o asanas. En un sentido más profundo, es un sistema de manejo del cuerpo físico de modo de que puedas obtener un control consciente actínico de las fuerzas ódicas de tu mente subconsciente. Cuando el cuerpo está afinado a un tono rítmico, tú puedes individualizar las semillas de deseos ódicos y destruirlas.

La práctica del hatha yoga coloca al cuerpo físico en diferentes asanas en una rutina regular, de modo de que las corrientes nerviosas en el área del cuerpo están afinadas en un tono perfecto. Sin estirar, sin tensión, sin jalar y sin compulsión. Una vez que has memorizado las posturas correctas del hatha yoga en orden progresivo, encontrarás que luego de practicarlo aunque más no sea por unos pocos minutos, tu mente es capaz de concentrarse sin esfuerzos de ningún tipo. Tú estarás en un estado automático de concentración subconsciente porque no tendrás tensión nerviosa que distraiga tu mente o que pueda contener la fuerza ódica. Te hallarás más vivo conscientemente y mucho más vivo subconscientemente que lo que nunca has estado. Un niño, puede hacer casi todas las posturas de hatha yoga muy naturalmente. Cuando tú puedas, también tendrás esa joven libertad de flujo mental de nuevo.

El hatha yoga practicado correctamente por un período de tiempo, hace a la mente tan aguda que te vuelves capaz de "identificar la semilla del deseo, descartando todos los otros correspondientes pensamientos erróneos." En otras palabras, con la práctica de esta sola ciencia, el estudiante yoga comienza a quemar semillas de deseo congestionadas desde el interior, sin ni siquiera pensar en ello. A medida que te perfeccionas en el hatha yoga, las fuerzas ódicas, ambas pasiva y agresiva, se regulan, se vuelven balanceadas y controladas.

A través de la práctica de hatha yoga, el cuerpo físico se vuelve un vehículo perfecto para que la mente viva en él. Las tensiones que se han ido acumulando a lo largo de los años se vuelven pasajeras y la mente se vuelve actínicamente viva. Esto le permite al estudiante de yoga, cuando él se presenta al maestro de yoga para entrenamiento personal, a distinguir la semilla del deseo y, en la luz de la

comprensión, destruirla. Esto produce en forma retroactiva, una gran sabiduría a través del uso de la mente sub-superconsciente. Cuando esto sucede, no necesitas pensar para saber. Tú sabes, y el pensamiento es el resultado. Desapego afectivo de amigos y familiares se lleva a cabo automáticamente y un amor mucho mayor por ellos fluye, a través de la comprensión actínica.

Viernes : La Capa de Vitalidad

En el Occidente, tenemos muy pocos equivalentes de la palabra prana del Sánscrito, y estos son fuerza ódica, fuerza actínica y energía. Pero prana no es en realidad una forma de energía o una fuerza; es la suma total de toda energía, de toda fuerza, en sus manifestaciones variadas. La ciencia ha probado que toda la materia se halla vibrando, que la diferencia en estas vibraciones es lo que da a la materia su forma. En algún momento, los científicos creyeron que el átomo era la unidad más pequeña de materia, pero han sido descubiertas unidades progresivamente más pequeñas. Cuando la más pequeña subdivisión de materia es alcanzada, lo que queda es prana, o pura energía. Prana es la suma total de energía porque el entero universo material, en cierta manera, se manifiesta por ella.

La cobertura de prana ódico es el cuerpo de salud, pranamaya kosa, suspendido dentro y a través del cuerpo físico, y extendiéndose hacia fuera del cuerpo físico entre dos a cinco pulgadas. El prana ódico es la vitalidad física. Prana actínico y fuerza de voluntad son la misma cosa.

Probablemente hayas leído sobre casos de suspensión animada, personas enterradas vivas por horas o días, sin aire ni comida. Cuando esto realmente sucede y no es un truco, se debe usualmente al control de prana. Después de un entrenamiento extenso, la fuerza ódica puede ser almacenada en un estado estático en el cuerpo y luego ser usada en ausencia de aire y comida, ya que es la esencia del aire y la comida. Algunos animales que llevan a cabo hibernación, hacen esto también. Se han encontrado ranas enterradas en montículos de tierra en los Estados Unidos, que se suponen que han estado hibernando por cientos de años sin comida, agua o aire, y sin embargo una vez liberadas muestran todos los signos de vida. El ser humano puede hacerlo también, con entrenamiento apropiado por un largo período de tiempo. Esto por supuesto no es el completo desarrollo del objetivo de la vida. Es simplemente la conquista del segundo aspecto del ser humano, prana ódico.

Respira profundamente inhalando y exhalando, inhalando y exhalando, inhalando y exhalando. A medida que inhalas, siente como si estuvieras jalando hacia ti prana ódico junto con el aire. Cuando exhalas, siente como si enviaras hacia fuera el aire, pero que mantienes el prana ódico en el cuerpo, almacenándolo siempre en el plexo solar. Pronto te comenzarás a sentir lleno de energía, sólido y estable.

Aquí tienes otro ejercicio. Elige un lugar con poca iluminación, que puedas usar como telón de fondo contra el cual vas a observar tu mano, tal como ser un placard. Abre tu mano derecha, en la cual has estado acumulando prana ódico y ponla delante del oscuro telón de fondo. Con tos ojos mitad abiertos, contempla a tu mano relajado. No

trates con demasiada intensidad. Deberás ser capaz de ver el prana ódico alrededor de cada uno de tus dedos. Se verá como una sustancia nebulosa, vaporosa. Si te encuentras en perfecta salud, será más claro y evidente. Algunos estudiantes de yoga sensibles, pueden ver el prana ódico alrededor del cuerpo físico de las personas.

Sábado : Experimenta el Prana Odico

Llena seis vasos con agua. Ubícalos sobre una mesa delante de ti. Coge uno de esos vasos y sostenlo con una mano, mientras que con la otra mano, agitas las yemas de tus dedos en el vaso, pero sin tocar el agua. Siente el prana ódico cayendo desde tu mano y dedos hacia el agua, y siendo absorbido en el agua y retenido allí. Así hemos mezclado dos formas de poder ódico, el del prana ódico físico-salud, y la manifestación ódica del agua. Esto crea magnetismo cuando las dos fuerzas se unen en el agua ódica externa. Has una marca en el vaso de agua que has magnetizado de modo de poder identificarlo más tarde, y luego ponlo con los otros cinco vasos. Mezcla los vasos de modo que no sea obvio cual has magnetizado. Si estás haciendo este ejercicio tú solo, cierra tus ojos cuando mezclas los vasos así no identificas el vaso que ha sido magnetizado. Y ahora, la prueba. Cierra tus ojos y bebe de cada uno de los vasos. Cierras tus ojos de modo que tu sentido del gusto sea más agudo, y que no te distraiga nada ninguna cosa que veas, teniendo tu mente entera en las papilas gustativas. A medida que pruebas cada vaso de agua, notarás una diferencia en el sabor de agua en el vaso que magnetizaste con prana ódico.

Alcanzarás un grandioso control sobre tu cobertura pránica aprendiendo a respirar con el diafragma. Los experimentos que siguen, junto con la respiración diafragmática, ayudarán a que despiertes tu propio conocimiento de los controles sobre el prana ódico y sobre tu propia cobertura de prana ódico. Respira profundamente a través de las fosas nasales, al mismo tiempo mantén la imagen mental de asimilar prana ódico del aire en el cuerpo. Puedes visualizarlo en forma de vapor, como el prana ódico que quizás viste alrededor de tu mano. Visualiza al prana ódico yendo hasta el plexo solar, mientras que el aire es mantenido en tus pulmones. El prana ódico se queda en tu plexo solar cuando exhalas el aire de los pulmones. Desde el área del plexo solar, el prana ódico automáticamente fluirá a través del tejido muscular a la sangre y se comenzará a almacenar en distintos centros nerviosos como reserva para uso futuro. Al adquirir maestría de este ejercicio, tú construyes las energías del cuerpo vital y calmas los nervios. No es necesario hacerlo a menudo, solamente cuando te sientes con necesidad de almacenar prana ódico.

El prana ódico es usado a menudo sin saber, para curar variadas aflicciones físicas, trastornos emocionales y tensiones mentales. Un niño corre hacia su madre; el prana ódico proveniente de la madre, fluye libremente hacia el niño, conforta cualquier aflicción por la que el niño pueda estar pasando. El niño sale corriendo lleno de vigor, tomando una buena cantidad de prana ódico de la madre a través de absorción. Tú puedes suministrar prana ódico a cualquier parte de tu cuerpo que pueda estar enferma, y obtener algún alivio. Para tratar angustia emocional, acumula prana ódico en el plexo solar, y para

aliviar tensión mental, acumúlalo en la parte superior de la espalda y en la zona del pecho.

A medida que inhalas prana ódico, dibuja una imagen mental del proceso. Cuando llevas a cabo una imagen mental, estás empleando fuerza ódica para formar la imagen, ya que todas las imágenes mentales están hechas de fuerza ódica. Una vez que se ha formado bien la imagen mental del área de tu cuerpo que se halla afligida, visualiza al prana ódico siendo enviado al órgano en particular o la parte del cuerpo. Inhala, luego mantén la respiración por unos segundos a medida que visualizas el prana ódico fluyendo desde el plexo solar hacia esa área de tu cuerpo físico. Una vez que consigues hacer fluir suficiente prana ódico en el área afligida de tu cuerpo físico y una vez que el cuerpo de salud se vuelve más vibrante, notarás que la aflicción cede. Has esto por períodos cortos de tiempo. Recuerda, inhalar, mantener la respiración por unos segundos a medida que envías energía a la zona afectada, luego exhalar el aire, manteniendo el prana ódico en esa parte del cuerpo que más necesita energía extra. “A donde la toma de conciencia va, la energía fluye.” Toda la respiración se debe hacer a través de las fosas nasales, no a través de la boca, profundamente y despacio, en forma natural y rítmica.

Domingo : Rastrea la Fuente de Prana

El prana no es aire, por supuesto, y sin embargo es contenido en el aire en cierta manifestación. Se encuentra gran cantidad de prana en el aire entre los árboles o cerca del océano. Toda la naturaleza y las fuerzas de la naturaleza son manifestaciones diversas de prana ódico que ha tomado forma visual. Las plantas se alimentan de prana ódico en el aire. Tú puedes absorber prana simplemente al caminar por una arboleda. El aire está lleno de él. Realiza hoy una caminata, en el campo de fuerza ódico de la naturaleza y absorbe el prana ódico en el aire a través de tu respiración y a través de los poros de tu piel. Sentirás al prana entrar en tu cobertura pránica o cuerpo vital de salud, y que se queda allí a medida que exhalas.

Siéntate tranquilamente y emplea el método interno de concentración cuando piensas acerca de esto. Cada vez que tu mente vaga, jálala firmemente de vuelta al sujeto de la concentración. Recuerda durante la concentración, que el proceso de hacer que la mente vuelva al objeto o al sujeto de la concentración fuerza un flujo de prana ódico y también actínico a través de la corrientes nerviosas más sutiles, causando que se fortalezcan, de modo que muy pronto, tu concentración se hará sin esfuerzo a medida que tu subconsciente responde a tus esfuerzos de concentración de la mente consciente, ocasionando que un nuevo proceso llamado meditación, tenga lugar en el maravilloso mundo de la mente.

Concéntrate en el cuerpo de salud pránico fluyendo a través y dentro de tu cuerpo físico. Has mentalmente los ejercicios que hemos realizado esta semana para probarle a la mente subconsciente la existencia y el flujo de prana ódico, de modo que estableciendo una nueva estructura de hábitos, el subconsciente va a ayudar en vez de poner obstáculos en tu desarrollo natural en el sendero a la iluminación. El subconsciente necesita ciertas pruebas de estas leyes internas, para cooperar totalmente.

Rastrea mentalmente el prana ódico hasta su fuente y causa. ¿Llegas a algún sitio final? Si es así, ¿a dónde? ¿ Dónde comienza el prana actínico? Pronto encontrarás que el prana ódico llega a un límite ye que se une en el área subconsciente de la mente en la sub-superconciencia. Encontrarás que el prana ódico depende de la existencia de prana actínico para existir. A medida que te concentras en el flujo interrelacionado de prana ódico y determinas en qué área de la mente interna comienza el prana actínico, verás conceptualmente cómo has estado controlando el prana ódico durante la semana a través del uso de tu estado mental sub-superconsciente.

Tú estás madurando a través del conocimiento del interior de tu Ser, que has estado estudiando estos últimos meses. Recuerda que en el maravilloso mundo de la mente, la comprensión, el lograr

perspectivas mentales, el encontrar pruebas, sin importar cuán pequeñas, dentro de nosotros mismos, constituye un control importante sobre la mente. El arte de la concentración, aunque es el más básico y fundamental control de todos, no es el único control sobre la mente en el sendero clásico yoga a la iluminación. La armonía es un control de aspectos aún más profundos de la mente, como lo son la comprensión y el amor actínico. A medida que expandimos nuestra conciencia en el sendero yoga a la iluminación, oímos más, vemos más, sentimos más, conocemos más dentro de nosotros mismos. Esto es intenso. No debemos temer a la intensidad, ya que la intensidad es actínica. Tu Ser actínico es intensidad misma, activamente vivo y siempre brillando. El ser humano se puede pensar como de siete aspectos de forma, pero el Ser está más allá de la mente y más allá de la forma, ya que la mente es forma. La mente es conciencia; la conciencia es forma. El Ser es sin forma. Por lo tanto puedes de manera contemplativa decir, "Yo soy Aquel que soy."

32 – El cuerpo astral

Lunes : Tu Homólogo Astral

Tu recordarás de la semana pasada el primer aspecto del ser humano, el cuerpo físico y el segundo aspecto, el cuerpo de salud vital. El tercer aspecto es el cuerpo astral.

El cuerpo astral es un duplicado casi exacto del cuerpo físico. Sin embargo, cambios que se manifiestan en el cuerpo físico, tal como envejecimiento, ocurren primero en la estructura del cuerpo astral. El cuerpo astral es de la mente subconsciente, al nivel de los chakras de la memoria y de la razón. Puede ser perturbado fácilmente y a veces es llamado el cuerpo emocional. Está hecho de prana ódico y mantenido intacto por el flujo general de vida de prana actínico que brota constantemente de su estructura atómica. Siendo el homólogo exacto del cuerpo físico, se asemeja al cuerpo físico en tamaño, forma, en todo sentido excepto en peso. Difiere en peso pues está compuesto de materia astral ódica. Esta materia vibra a una frecuencia de vibración mayor que la que podemos denominar materia física.

Trata de hacerte la imagen del hecho de que el cuerpo físico y el cuerpo astral son de vibraciones diferentes y que encaja uno dentro del otro, conectados por el factor de energía, que es la energía pránica ódica del cuerpo de salud vital. El mundo astral vibra exactamente dentro del mundo físico que vemos con nuestros ojos físicos y que sentimos con nuestras manos físicas. Por lo tanto, es un duplicado exacto de todo lo que existe materialmente para nuestros sentidos físicos. Esto es lógico para nosotros, conociendo y habiendo identificado los estados de la mente, ya que cada estado de la mente es una forma de vibración trabajando al unísono con todos los otros. La mente única está en diferentes formas de vibración, trabajando junta, un aspecto dentro del otro.

Así como podemos caminar y hablar usando nuestra mente consciente y nuestro cuerpo físico como vehículo durante nuestras horas de vigilia, también podemos caminar y hablar usando el duplicado de nuestro cuerpo físico, nuestro cuerpo astral de la mente subconsciente, durante las horas en que estamos dormidos. Cuando estamos en el cuerpo astral en el mundo subconsciente, otra gente está también en ese mundo y formas de comunicación tienen lugar al igual que en el mundo físico.

Existe un cordón de fuerza ódica y actínica que conecta los dos cuerpos. Es llamado el cordón de plata. Si alguien viaja astralmente muy lejos de su cuerpo físico, o si tiene una experiencia astral intensa, será extraído un suministro extra de energía del cuerpo de

salud vital y del cuerpo físico, y la persona se sentirá cansada al despertar.

El estudio interno de ti mismo puede ser complicado, ya que eres un ser muy complejo de muchas dimensiones. A medida que nos embarcamos en el estudio de esta semana sobre el "tú" interior, puede ser de gran ayuda tener una lista a la que te puedas referir en uno u otro momento, para poner en el orden apropiado las distintas piezas. Las enseñanzas ancestrales que se condensan en este libro, audazmente sostienen que el ser humano es más de lo usualmente se entiende, esto es un cuerpo mortal con un intelecto, grande o pequeño. El ser humano, como lo entienden los místicos, es el alma inmortal rodeada de siete aspectos. A continuación doy un resumen de los siete aspectos del ser humano que se establecen alrededor del cuerpo actínico-causal del alma, anandamaya kosa, "cobertura de dicha": 1) el cuerpo físico, annamaya kosa, "cobertura hecha de alimento"; 2) el cuerpo de salud vital, pranamaya kosa; 3) el cuerpo astral, aspecto instintivo de manomaya kosa; 4) el aura humana y la mente instintiva, prabhamandala y manas chitta; 6) el sistema nervioso sutil, nadis y chakras; 7) la mente intuitiva, cobertura actinódica causal, vijnamaya kosa, "cobertura de cognición."

Así como tenemos escuelas, entretenimientos, discusiones y reuniones con amigos en la mente consciente en el plano físico, de la misma manera vamos a la escuela, disfrutamos de entretenimiento, discutimos problemas y nos reunimos y hablamos con amigos en el plano astral. Así como la mente subconsciente recibe impresiones de la mente consciente durante las horas de vigilia, de la misma manera la mente consciente recibe impresiones de la mente subconsciente a medida que atravesamos experiencias durante las horas en que dormimos.

De la misma manera, personas han visto con los ojos de su cuerpo astral mientras estaban simultáneamente conscientes a través de sus ojos físicos, gente en el plano astral. De la misma manera, aquellos que están viajando en el plano astral pueden ver personas en el plano físico, cuando miran a través del campo de fuerza ódico astral hacia el mundo grosero de la mente consciente. El viajar es mucho más rápido en el plano astral, ya que esto es hecho a través del deseo, y el cuerpo astral es una frecuencia de vibración mucho más refinada que lo que es el cuerpo físico, que funciona como sabemos cercano a la secuencia temporal.

Martes : La Vida en el Plano Astral

Cada noche cuando lees tu lección en este libro, date cuenta de que aquí está tu clave para entrar en la escuela astral de la Academia del Himalaya. Yéndote a dormir pensando en la lección que has estado leyendo, trata de levantarte lentamente en la mañana y con esfuerzo recuerda lo que has estado haciendo durante la noche en el plano astral.

El mundo astral es un plano en el espacio, exactamente como el mundo físico, como lo conocemos en la mente consciente, es un plano espacial. Es la particular frecuencia de vibración que cada uno de estos mundos genera lo que determina el plano espacial que ocupa. Mirando a través de la mente consciente, percibimos el espacio exterior. Mirando a la mente subconsciente, percibimos el espacio interior. Así como las estructuras de hábito de la mente subconsciente controlan mucho de nuestra mente consciente, la mente superconsciente controla muchas de las cosas que ocurren en el plano astral a través del cuerpo astral subconsciente. Esto está relacionado con el despertar de la mente sub-superconsciente. La mente sub-superconsciente se vuelve más y más fuerte, siempre que ejercitemos nuestra intuición al nivel mental-consciente.

Así como eliges tus amigos en el plano consciente físico, de la misma manera atraes seres afines a ti en el mundo astral. Manteniendo nuestros hogares limpios y apacibles, manteniendo nuestros cuerpos y nuestra vestimenta frescos y limpios, la fuerza ódica se vuelve muy pura y nos permite estar más vivos actínicamente. Esta condición también mantiene a la gente astral más baja lejos de nosotros, en tanto que nosotros mismos no entremos en una vibración ódica astral instintiva. La vibración actínica espiritual, mantiene alejadas las influencias astrales bajas, así como puertas, cerrojos, ventanas y paredes desalientan la entrada de personas no gratas a edificios.

No es recomendado admitir personas astrales bajas si eres vulnerable a esta posibilidad, ya que al hacerlo se crea un influjo doble de fuerza ódica, mientras que el esfuerzo del estudiante yoga es el volverse actínicamente superconsciente y no el intensificar el subconsciente ódico. Los seres astrales viven en su propio mundo en el plano astral. Posiblemente tú también entras en este plano a la noche, pero durante el día debemos prestar atención a las actividades de nuestra mente consciente y ocuparnos de nuestros programas inmediatos, manteniendo los dos mundos separados y distinguibles así como el estado cuando nos hallamos dormidos está separado de nuestro estado de vigilia.

Cuando el cuerpo físico muere, esto corta automáticamente el cordón de plata actínico que conecta los cuerpos físico y astral. Entonces el proceso de re-encarnación y vuelta a nacer comienza eventualmente. El cuerpo físico queda en el plano físico como un

conglomerado de fuerzas magnéticas y comienza a disolverse en las fuerzas de la naturaleza que lo rodea. La vida actínica del cuerpo físico y del cuerpo de salud vital asciende por el cordón de plata a medida que este se disuelve y da una carga tremenda al cuerpo astral. Este movimiento registra en el cuerpo astral subconsciente todos los patrones de memoria de la mente consciente de la vida recién vivida, y la persona se vuelve totalmente consciente en el plano astral.

Esta tremenda carga de fuerza ódica y actínica registrándose sobre el cuerpo astral en el momento de transición o muerte, es lo que estimula y lo que da el impulso al proceso de reencarnación. Este proceso es en su mayor parte controlado por la actividad de las fuerzas de hábito subconscientes.

Antes de que el ciclo de reencarnación tenga lugar, sin embargo, la persona que acaba de partir, a menudo vuelve a crear rápidamente los mismos estados de conciencia, los mismos intereses a los que estaba acostumbrada en el plano físico, y puede continuar, como habitualmente, reuniéndose con su familia, quienes la visitan en sus cuerpos astrales durante las horas en que duermen. Aunque el cuerpo astral está aún ligado por las estructuras de hábito de su vida física, continúa consumiéndose desde el momento de la transición, y la fuerza ódica continúa siendo realimentada al plano físico en un esfuerzo por hacer contacto de nuevo con la familia, los amigos y las personas queridas a través de la memoria y el deseo. Otro cuerpo físico es creado y se lleva a cabo una vuelta al mundo consciente. El viejo cuerpo astral es descartado y las nuevas fuerzas actínicas generadas dan vida a un nuevo cuerpo físico y a un nuevo cuerpo de salud, junto con un nuevo cuerpo astral. El nuevo cuerpo astral es la suma de todas las experiencias subconscientes que precedieron, y puede ser muy maduro en el momento en que el cuerpo físico es sólo un niño. La forma ódica astral que fue dejada es llamada caparazón astral y eventualmente se corresponde con el cadáver del cuerpo físico que murió.

Miércoles : El Aura y la Mente Instintiva

Al comenzar el estudio del cuarto aspecto de la persona, mantengamos presente los primeros tres: el cuerpo físico como primer aspecto, el cuerpo de salud vital como segundo aspecto y el cuerpo astral como tercer aspecto. El cuarto aspecto es la mente instintiva y el aura humana, el espectro colorido que registra cualquier estado de la mente por el cual pasa la persona. El aura humana es la reflexión de la evolución específica. Pero registra más claramente los patrones reaccionarios básicos de la mente instintiva.

Dentro de la mente instintiva existen ambas fuerzas ódicas agresivas y pasivas. Algunas de estas son temor, enojo, celos, engaño, orgullo, codicia – y también existe esa forma de apego a veces denominada amor ódico o magnético, así como felicidad y cariño. Estas emociones son ya sea agresivas o pasivas, dependiendo del factor motivador involucrado. Los factores motivadores son deseo, una falta de control de la fuerza ódica, o un tipo de flujo superconsciente actínico que motiva desde el interior hacia el exterior de la conciencia humana. Cuando este flujo actínico entra en acción, las emociones más refinadas de compasión, benevolencia y gozo son experimentadas. Básicamente, todas estas cualidades pueden ser definidas ya sea como ódicas o como actínicas. Las fuerzas actínicas fluyen desde el meollo del alma hacia fuera a través del campo de fuerza ódico, y cuando las fuerzas actínicas amenguan, las fuerzas ódicas cuajan y velozmente invaden para llenar el vacío.

El temor es una fuerza ódica agresiva. Los dos colores básicos del aura ódica son gris y rojo. Gris es el color del temor, que cuando lleva a la depresión de temor intenso, se vuelve color negro. Rojo es el registro de enojo del aura. En un estado reprimido de la mente instintiva, cuando el deseo no ha sido alcanzado, el aura registra un color negro rojizo para representar la emoción de la lujuria.

El temor domina la vida de muchas personas, aún cuando ellas no tienen ninguna razón para temer. Es un mecanismo protector de la naturaleza instintiva más baja inherente a cada ser humano; y a los animales también. El temor a la oscuridad por ejemplo, nació de la carencia de refugio del hombre primitivo. Mucho antes de que descubriera el uso del fuego o incluso que aprendiera a vivir en cuevas, se estremecía en la oscuridad cuando el sol se ponía, ya que sabía que estaba a la merced de los animales salvajes y de otros peligros de la noche. Aún hoy día, la habilidad del ser humano de temer lo dota de una cautela natural al enfrentar lo desconocido. La cobertura gris impregna el aura durante la investigación de protección hasta que es probado que existe una condición de seguridad. El ser humano actual aún mantiene el temor a la oscuridad. Pero ahora se rodea de luz eléctrica simbolizando la nueva era dorada en la cual su fuerza actínica ha comenzado a penetrar a través de la mente instintiva, refinando su mente así como

el fulgor de la electricidad refina la vibración de la Tierra durante la noche. Entre otras formas de temor se hallan el temor a la muerte, el temor a la pobreza, el temor al agua y el temor a las alturas.

El enojo es también, así como el temor, un control instintivo, y en su momento sirvió un propósito. La arremetida de furia servía para proteger los intereses privados del ser humano en situaciones críticas inyectando adrenalina en su sangre y preparándolo así para la defensa. Pero a medida que el ser humano evoluciona acercándose a su real ser actínico, descubre que el amor actínico, la comprensión la compasión y la sabiduría son cualidades más elevadas que la furia. Otras dos emociones instintivas que motivan las fuerzas ódicas pasivas y agresivas son los celos y el engaño.

La edad actínica se halla brotando en el planeta. Sus señalizaciones anunciando la mente espiritual del ser humano están representadas en forma simbólica en sucesos en la Tierra, como ser la luz eléctrica, la energía atómica, las sondas espaciales, las sondas en el subconsciente, los sondeos de vidas pasadas y los peligrosos estados expandidos de conciencia estimulados por sustancias químicas. Todo esto y más, muestra que el ser humano ha sobrepasado las emociones instintivas bajas tales como celos, representados en el aura ódica que rodea y atraviesa el cuerpo con el color verde oscuro, y el engaño con el color gris verdoso.

Jueves : Controlando los Instintos

Sí, el ser humano ha superado los celos y el engaño, pero con qué frecuencia se da cuenta de esto? Los periódicos están llenos de ejemplos de personas que se dejaron controlar por estas emociones. Cuando se sienten celos, uno siente que la persona que se admira tiene más control sobre las fuerzas ódicas y actínicas que lo que uno tiene, y en un frenético esfuerzo en balancear las fuerzas, se idean planes para destruir las fuerzas ódicas o detener el flujo de las fuerzas actínicas de su víctima. Los celos son traicioneros cuando se vuelven activos y agresivos y hacen a la persona falsa.

Muchas personas no sienten que la falsedad sea una emoción luego de que ha existido en su naturaleza por un tiempo suficientemente largo como para volverse un hábito. Las emociones instintivas a menudo se vuelven hábitos cuando se les permite dar mucha rienda suelta, especialmente esas emociones básicas y bajas – temor, enojo, celos y engaño – todas las cuales residen en los chakras bajos, por debajo del chakra muladhara.

El temor, la furia, los celos y el engaño producen un tejido ódico del aura de color verde, gris, negro y rojo, circulando a través de los órganos del cuerpo astral, afectando los órganos del cuerpo físico así como drenando el cuerpo de salud vital del necesario poder ódico. Esto reduce el flujo actínico a un mínimo, de modo que la única vida en el cuerpo se halla en una apagada y astuta chispa en los ojos.

Estas emociones instintivas básicas de la mente subconsciente son la sustancia a través de la cual evolucionamos. A medida que se lleva a cabo mayor control de las fuerzas los colores del aura se aclaran y la naturaleza se refina, Este proceso de refinamiento se lleva a cabo rápidamente a través de disciplina en el camino yoga raja a la iluminación. Todo esfuerzo que tú haces para refrenar y controlar tu naturaleza instintiva básica te trae más cerca de tu meta espiritual. Existe un dicho muy verdadero, “tu eres simplemente tan actínico como tu fuerza ódica activa más baja.” Esas cosas a las que aún reaccionas representan tus puntos bajos y deben llevarse a comprensión actínica antes de que puedas disolver el campo de fuerza ódico que los contiene.

Otra dimensión de la mente instintiva es la mente de hábito. Los hábitos son edificados en nosotros desde la infancia. Algunos se mantienen conscientes y otros entran en el subconsciente. Los más difíciles de superar son nuestras habituales identificaciones con los campos de fuerza de nuestra ciudad o estado, nuestro país, nuestra raza, e incluso el mismo mundo. Las muchas ramificaciones del comportamiento humano que corresponden al estudio de la mente de hábito podrían llenar muchos libros. Parcialidad es una de las emociones negativas contenidas en la mente de hábito. Puede ser que no pensemos en la parcialidad como en un hábito, pero sí lo es.

Muchos adultos conservan muy fuertes prejuicios habituales. A ellos no les importa las personas que no pertenecen a su raza en particular, a su casta o a su clase social.

Cuando se produce un cambio abrupto o una perturbación en la mente instintiva de la raza, sus fuerzas pueden en forma abrupta y rápida volverse agresivas, despertando las emociones instintivas bajas. Sin embargo, cuando a la mente racial se le permite seguir su curso natural de evolución, o es mantenida bajo control, y su propio sentido es trascendido, entonces el ser humano se da cuenta que no puede juzgarse a sí mismo o a otro basado en la raza, el color, la casta, la creencia o la nacionalidad, sino en la individualidad espiritual.

Haz una lista de las emociones negativas que aún residen en tu campo de fuerza instintivo. Si encuentras que estás dominado por una o más de estas emociones, admítetelo honestamente. El admitirlos, el encararte a ti mismo afloja el agarre de la fuerza ódica y permite que un poco de fuerza actínica penetre y disuelva el campo de fuerza bajo de la emoción que estás examinando. Primer paso – admisión; segundo paso – observación. Cuando por ejemplo te enfureces, te vuelves temeroso o celoso, obsérvate a ti mismo en esta acción. Inmediatamente vuélvete consciente de la fuerza actínica. Vuélvete un ser vacío de energías sin colores; ve los colores oscuros del aura disolverse en un resplandor de azul, amarillo, lavanda y blanco. Tú puedes hacer esto con tu comprensión actual de que la fuerza actínica es más elevada que la mente instintiva, mucho más grandiosa que el cuerpo astral o que el cuerpo físico y el cuerpo de salud.

Viernes : El Intelecto o Ego Externo

El quinto aspecto del alma es la cobertura causal ódica, o mente intelectual, conocida en Sánscrito como buddhi chitta. Funciona en el plano causal ódico dentro del Segundo Mundo de existencia, Antarloka, el dominio creativo del intelecto. Aquí el individuo organiza la información, adquiere nuevas ideas a partir de observar proyectos viejos, y usa su conocimiento para mover vastos campos de fuerza magnética en la superficie de la Tierra. Este plano es primariamente subconsciente, con ocasionales influencias de la superconciencia. Es básicamente un plano mental donde las fuerzas ódicas son manipuladas. El intelecto es el aspecto del alma que tú usas cuando te sientas y piensas, memorizas y razonas. El intelecto puede también ser proyectado a lugares distantes sin dejar al cuerpo físico. A través de este aspecto, el adepto puede percibir lo que se halla allí y acumular conocimiento o información.

El primer destello de la individualidad del ser humano tiene lugar cuando él tiene control consciente de la mente intelectual. Luego de que la práctica de concentración interna y externa ha sido perfeccionada y que los procesos subconscientes de meditación se han arraigado, las formas de pensamiento del estudiante yoga se hacen inequívocas y claras. La forma de pensamiento está hecha de materia astral. Es fuerza ódica y tiene un color y es creada dentro de la conciencia de la persona. La mente intelectual trabaja a través del mecanismo de creación, preservación y destrucción de formas de pensamiento. El intelecto es la manifestación de una serie de formas de pensamiento bien construidas. Por lo tanto, cuanto más educada es una persona, el intelecto funciona en forma más inequívoca y clara.

Existen personas hoy en todo el mundo, que se han desarrollado únicamente hasta el cuarto o quinto aspecto de la persona y son guiadas simplemente por las estructuras de hábito de la mente instintiva-intelectual. Pero el gobierno de los campos de fuerza ódicos en el mundo de hoy es llevado a cabo a través del control consciente del intelecto o de la cobertura causal ódica.

La diplomacia, una clase de amor – el no querer herir al prójimo, la supresión de las emociones de odio y enojo – trae una clase de armonía. Estos son productos del intelecto que cuando se desarrolla en una fuerte cobertura intelectual, es capaz de controlar las emociones bajas a través de memoria controlada, razón controlada y fuerza de voluntad controlada, las tres facultades de nuestra habilidad de gobernar a las fuerzas de la naturaleza.

Ni sobrestimes ni subestimes al intelecto, ya que él llena muchas funciones importantes en la vida, la gran experiencia. Pero recuerda que el intelecto no es la totalidad del ser humano, es solamente, hablando en forma figurada, el quinto aspecto. El intelecto no es la

mente entera, es solamente una parte, aproximadamente un décimo de la mente. El subconsciente y el superconsciente completan los otros nueve décimos.

El conocimiento dogmático es una facultad de la memoria. Estudiamos, escuchamos, oímos, y mencionamos la opinión de otros. El conocimiento dogmático es almacenado en la grilla de memoria de la mente subconsciente. Esto nos da seguridad o una plataforma para el intelecto, haciéndolo más fuerte y desarrollando un ego. Por lo tanto el intelecto es nuestro ego. El ego separa a las personas de las personas, a las naciones de las naciones y al alma de la realización de su Ser.

“Tu verdadera educación es la universidad interior.” Quizás hayas estado pensando que esta declaración es anti-intelectual, en contra de la educación. Examinemos el verdadero significado, función y propósito de la educación. La educación no es una vestimenta. No se te pega a ti. No es la colección que tienes de las opiniones de otras personas. A través de la educación tú estimulas tu intelecto. La educación es aquello que sacas de adentro tuyo como resultado de tu interés personal en el cumplimiento de tus karmas de nacimiento, o prarabdha karmas. La educación significa exponerse a nuevas ideas y antiguas opiniones, dándote las herramientas para explorar tus propias opiniones libremente, tomar decisiones, investigar y reverlas, y avanzar en tu comprensión de Dios, del alma y del mundo. Esto es educación. No es estática. Es tan fluida como un río. O al menos debería serlo. Tú puedes elegir, tú tienes la habilidad de remoldear tu intelecto de la manera que quieras. Las grandes verdades de la vida son una parte de tu ser. Están dentro tuyo. Ellas se te manifiestan lentamente a medida que evoluciona tu comprensión de ellas. Y sin embargo están siempre allí dentro tuyo, esperando ser realizadas.

La única educación real y permanente es tu abertura en la estructura de la mente intuitiva a través del control del intelecto.

Ya que el intelecto está hecho fundamentalmente de pensamientos que siempre se crean, preservan y destruyen a sí mismos, el control de los pensamientos crea el séptimo aspecto del ser humano, la mente intuitiva o cobertura causal actinódica, conocida en Sánscrito como vijñanamaya kosa. La intuición, el conocimiento, la conciencia y la comprensión – estos son productos no del intelecto sino de la mente intuitiva. El estudiante dedicado que ha sido muy seriamente aplicado, concluye la universidad no con un sentimiento de “saberlo todo” sino con una conciencia de los límites del intelecto y un profundo respeto por la extensa cantidad de conocimiento que aún debe ser descubierta o revelada. La vanidad es un signo seguro de inseguridad; la humildad señala conciencia.

Sábado : La Naturaleza Intuitiva

Observa al intelecto como se manifiesta en el mundo a tu alrededor. Puedes ver sus límites. También puedes ver cuando se vuelve una herramienta para la mente intuitiva. Cuando descubres grandes verdades en los libros que lees, cuando te llegan ideas creativas, observa, con desapego afectivo, la gente a tu alrededor, las situaciones por las que pasas en la vida. Como has aprendido, las observaciones dan nacimiento a la comprensión, y la comprensión viene de tu mente superconsciente. Entonces, el intelecto debe ser desarrollado hasta cierto punto y luego controlado a través del control del pensamiento. Las formas del pensamiento son manifestaciones de materia astral, o fuerza ódica, y viajan a través del espacio astral, o campos de fuerza ódicos, de un destino a otro. Ellos pueden crear, preservar y destruir. Las formas de pensamiento pueden ser vistas, así como las auras pueden ser vistas.

El intelecto es el ego externo, pero es el ego externo cuando está en control y se ha separado suficientemente de la superconciencia para volverse dogmático. Cuando el intelecto representa el ego, decimos que una persona es incapaz de cambiar su forma de pensar, sin importar cuánto trates de convencerla o cuánto hables con ella. Es testaruda, inflexible, incluso poco amistosa si se vuelve inquieta o perturbada en su esfuerzo por mantener unido su intelecto.

Si la naturaleza intelectual se vuelve perturbada, el cuerpo astral entonces toma control y entonces la mente instintiva o las cualidades instintivas prevalecen en ese momento. Esto es muy evidente en gente indisciplinada, porque la naturaleza intelectual es indisciplinada. Cuando el cuerpo astral y el intelecto trabajan mano a mano, ellos crean un individuo instintivo-intelectual lleno de conocimiento dogmático, tendencias instintivas indisciplinadas y emociones de odio y temor que no han sido transmutadas hacia el dominio de la razón y que no han sido controladas permitiendo que se construya una red de patrones de memoria positivos.

Dentro del ser humano, y funcionando a una frecuencia de vibración diferente del intelecto, se encuentra el poder o fuerza motivadora de la mente, los chakras, o centros de fuerza. Existen siete de estos centros de fuerza básicos, que son estimulados en movimiento y apertura por las corrientes ida, pingala y sushumna. Ida y pingala son corrientes síquicas ódicas (ying y yang de los chinos) entretejidas alrededor de la médula espinal. Directamente a través de la médula espinal circula la corriente sushumna, que es actinódica. La corriente ida es fuerza ódica pasiva; la corriente pingala es fuerza ódica agresiva. Sushumna es una corriente actinódica. Estas corrientes gobiernan el sexto aspecto del ser humano, los chakras. Estas corrientes son como las riendas que guían a un caballo cuando cabalgamos en una dirección u otra.

La naturaleza intuitiva, el séptimo aspecto del ser humano, está compuesto de una mayor cantidad de energía actínica que de ódica. Está formado por la corriente sushumna, que circula en forma ascendente entre las corrientes ida y pingala a través de la médula espinal. Es el estado de la mente que el estudiante yoga debe identificar como propio por así decir. Hasta ese momento, él se identifica usualmente con la mente intuitiva de su guru. Esta identificación sirve como constante recordatorio de la existencia de su propia naturaleza intuitiva. Muchos estudiantes parecen reconocer cuando el guru se halla en un estado elevado de toma de conciencia intuitiva, pero pueden no darse cuenta que el reconocimiento de ese estado es su propio estado elevado de conciencia intuitiva, que sucede simultáneamente con el del guru. Este es uno de los grandes beneficios que se le otorga al estudiante yoga que trabaja en un sistema de guru: la oportunidad de identificarse con la mente intuitiva del guru.

Cuando el estudiante yoga aprende a controlar su propio campo de fuerzas ódico hasta el punto de que él no se identifica más con su cuerpo o su intelecto, el puede entonces identificar su ego externo con su naturaleza intuitiva o mente sub-superconsciente. Esta nueva y humilde identidad es un sentido esporádico en los estadios iniciales del sendero yoga, ya que únicamente cuando el estudiante es realmente actínico, es que él utiliza la mente intuitiva conscientemente, percibiéndola a través de sus facultades de conocimiento. Uno no tiene pensamientos cuando se halla en este estado de toma de conciencia total. En esta conciencia, uno ve y percibe a través del chakra anahata de conocimiento directo. La naturaleza intuitiva es el aspecto más refinado del cuerpo astral. A pesar de que el aspecto intuitivo está hecho primordialmente de fuerza actínica, existe suficiente fuerza ódica dentro de él, para posibilitarle al ser humano entrar en el dominio de creación en el mundo material. Este séptimo aspecto del ser humano es una meseta, una nivelación de un ciclo de evolución y al mismo tiempo el comienzo de otro.

Domingo : El Cuerpo del Alma. El Tú Verdadero.

Dentro de los siete aspectos del ser humano yace el cuerpo del alma, el cuerpo causal actínico, anandamaya kosa, el verdadero tú. El cuerpo del alma tiene forma, así como el cuerpo astral tiene una forma, pero es más refinada y de una naturaleza más permanente. Es este cuerpo el que reencarna, creando a su alrededor nuevos cuerpos físicos y astrales, vida tras vida tras vida. Este proceso madura y desarrolla el cuerpo del alma. Por lo tanto tenemos almas viejas y almas más jóvenes, dependiendo de la madurez y del desarrollo del cuerpo del alma, dependiendo del número de vidas o de la intensidad de las experiencias de maduración por las cuales el individuo ha pasado.

El cuerpo del alma es luz pura, hecha de cuantos. Es indestructible. No puede ser herido ni dañado de ninguna manera. Es ser puro, creado por el Señor Siva, madurando en su camino hacia la unión final con El. El cuerpo del alma es radiación constante. Su mente es la superconciencia, que contiene toda la inteligencia, y que está constantemente consciente, que no duerme y que expande toma de conciencia a medida que el cuerpo del alma madura. Para la persona que ha realizado su alma, la toma de conciencia viaja a través de la mente como el viajante viaja de ciudad a ciudad, de país a país, nunca quedándose atrapado en un área más de lo necesario, siempre conscientemente consciente de toma de conciencia en conciencia en todo momento. El cuerpo del alma vive en la eternidad del momento, consciente simultáneamente del pasado y del futuro como un solo ciclo. La naturaleza verdadera, la identidad personal segura y duradera, es realizarse a uno mismo como cuerpo del alma. Esto es el verdadero hallazgo de nuestras raíces, nuestra fuente, nuestra indestructible alma que siempre se halla madurando.

En los años que suceden a la iluminación completa, o Realización del Ser, al obtener un nirvikalpa samadhi estable, se comienza a formar un cuerpo de energía dorada actínica pura, el svarnasarira. Yo experimenté que esto comenzaba a sucederme en 1955. En ese momento había solamente suficiente fuerza ódica para mantener el cuerpo físico unido en actividad material. Este nuevo cuerpo actínico se construye a través de la práctica diaria de nirvikalpa samadhi, que constituye una de las más elevadas disciplinas del yoga siddha.

Sin embargo, debe ser mencionado que el primer gran logro por el cual el aspirante se debe esforzar es el experimentar la luz interior, que se enseña tanto a las personas en el grupo familiar como a los renunciantes, que implica que la persona tiene suficiente dominio interior y control sobre el intelecto de modo que la luz dentro de la cabeza o del cuerpo es realmente vista. Esto también implica un control del chakra manipura y una toma de conciencia consciente de cómo trabaja el chakra anahata de la cognición, permitiendo una explosión de energía actínica hacia el chakra visuddha del amor.

El siguiente paso para los aspirantes es lo que se conoce como "Rozar al Ser." Cuando esto ocurre, el cuerpo del alma se libera, se hace completamente autónomo, de modo de que los aspirantes pueden ser entrenados en su control y uso consciente. Es en éste cuerpo que ellos asisten a clases en los planos elevados y se comunican a través de vibración con otros en cuerpo del alma. De allí en adelante, depende de ellos el entrenarse con el gurú personalmente de modo de aprender a usar y controlar el cuerpo del alma. Con este control y conciencia modificada ellos eventualmente llegan a una realización sostenida del Ser, nirvikalpa samadhi, en esta o en una vida posterior, ya que la próxima fase en el sendero hacia la unión es alistar y luego mantener una vida de renunciación en el verdadero sentido, volviéndose un Natha sannyasin.

Debe ser mencionado que muchos se frustran buscando realizaciones más allá de sus habilidades, al mismo tiempo que no llevan a cabo las realizaciones que están dentro de sus habilidades. Debemos recordar que savikalpa samadhi se relaciona con los chakras anahata y visuddha y es mantenido por un intelecto purificado y una fuerza de voluntad dinámica. Mientras que nirvikalpa samadhi está relacionado con los chakras ajna y sahasrara y con aquellos de más arriba y es mantenido con la completa renunciación al mundo al punto que el mundo renuncia al renunciante. Estos son los venerables sannyasins.

El control de la mente construye la naturaleza intuitiva. Dirigiendo el flujo del pensamiento, discriminando perceptivamente entre acciones, estando conciente de ocuparse de las reacciones, el estudiante yoga pronto aprende el uso de su poder actínico. De modo de mantener una conciencia expandida, este poder debe ser puesto en uso, y cuando fluye a través del intelecto, cambia automáticamente la química del intelecto, al mismo tiempo que comienza a crear la naturaleza intuitiva. Cambia lo que piensas de ti mismo. Siente que vienes de lo que no tiene tiempo, no tiene causa y no tiene espacio. Visualiza el puro y radiante cuerpo de luz, el ser del alma, el "Yo Soy", el "Observador." Luego, alrededor de ello se forma la mente intuitiva, y alrededor de ésta se forma el intelecto. Luego se ven los chakras, gobernando los estados de la mente desde los más elevados a los más bajos, y las corrientes ida, pingala y sushumna. La naturaleza instintiva se forma alrededor de esto, luego el aura humana, a través de la cual las formas de pensamiento son creadas, luego el cuerpo

33 – El aura humana

Lunes : La Extraordinaria Aura Humana

El aura humana se extiende hacia fuera unos tres a cuatro pies alrededor del cuerpo, e incluso entre cinco y seis pies en el caso de almas más evolucionadas. Está hecha de una variedad de frecuencias vibratorias o colores. Cada área de la mente a través de la cual fluye la toma de conciencia, refleja un cambio en estas frecuencias vibratorias de colores en el aura humana. Cuando tú hayas desarrollado una cierta visión síquica, viendo a través de los ojos del alma, serás capaz de mirar a una persona, ver el aura que la rodea y saber inmediatamente en qué área de la mente instintiva, intelectual o superconsciente ella está tomando conciencia en ese preciso instante.

Por ejemplo, si la toma de conciencia de uno estaba fluyendo a través de los dominios de la depresión, esto es, el área dentro de la extensa sustancia de la mente que contiene la frecuencia vibratoria de la depresión su aura lucirá bastante gris, sombría y lúgubre. Si la persona estaba tomando conciencia en el sentimiento de amor verdadero por toda la humanidad, su aura se vería azul clara, bordeada y matizada con amarillo. Sin embargo, si su amor por la humanidad era de una naturaleza emocional, superficial, siendo más charla insustancial y emoción que compasión sub-superconsciente, su aura será rosa o rojiza, diciéndonos que aún existe un montón de fuego instintivo, y que si una circunstancia perturbadora ocurre, la persona podría olvidar fácilmente acerca del amor universal y ponerse furiosa. Entonces el rosa se transformaría en rojo llameante con rayas negras. Luego de esto, si la persona sintiera remordimiento acerca de su altibajo emocional, su aura se tornaría azul oscuro, y tú apenas podrías ver su rostro debido a la neblina profundamente azul que se formaría alrededor de su cuerpo. Si la toma de conciencia estaba fluyendo a través del área de la mente de la inferioridad y de los celos, el aura sería verde grisáceo oscuro. Una persona con inclinaciones curativas tendría un aura color verde pálido. Un estudiante que está incrementando su conocimiento intelectual tendría un aura de color amarillo brillante. Las combinaciones son infinitas.

A menudo, muchos colores aparecen en el aura al mismo tiempo. Por ejemplo, el rojo del deseo suprimido y de furia, pueden aparecer junto con el amarillo de interés intelectual. La cabeza de esta persona estaría rodeada de amarillo, y la parte baja de su cuerpo con rayas rojas. Incluso una pizca de verde muy oscuro puede aparecer, mostrando que los celos causaron su furia. Se hace muy sencillo diagnosticar problemas emocionales simplemente viendo la frecuencia de vibración de los colores del aura y decidiendo a través de qué área de la mente está fluyendo la toma de conciencia.

Martes : El Incesante Flujo y Reflujo de los Colores

El plasma extenso de la mente está completo y concluido en todos sus varios estados, departamentos, áreas y humores. Simplemente aparenta que está siendo creado a medida que movemos la toma de conciencia a través de él. Cada área del universo ilimitado de la mente tiene sus propios colores y sonidos. Nosotros los interpretamos a través de nuestros nervios y los registramos como sentimientos. Cuando separamos la toma de conciencia de aquello de lo cual está tomando conciencia, es posible separar el sentimiento de aquello que sentimos. Entonces podemos tomar conciencia del sonido del sentimiento y del color del sentimiento, al igual que del color del sonido, del sonido del color y del sentimiento del sonido. El captar este concepto requiere una buena cantidad de meditación de tu parte. Pero a su tiempo comprenderás la gama completa de la emoción y sus frecuencias vibratorias a medida que comienzas a tomar conciencia del aura alrededor de tu cuerpo físico.

Cuando alguien se halla fluyendo su toma de conciencia a través de áreas sub-superconscientes de la mente y se halla re-programando a nuevo su subconsciente, su aura cambia rápidamente. Tú sabes que él está progresando en el sendero, ya que su aura pasa por diversos cambios de patrones de color semana tras semana a medida que él trabaja hacia su interior con su toma de conciencia. Un devoto sentado en meditación, trabajando diligentemente dentro de sí mismo, en el curso de media hora habrá cambiado los colores de su aura tres, cuatro o cinco veces, a medida que mueve su toma de conciencia desde las áreas instintiva-intelectual hacia el brillo de los dominios sub-superconscientes. Su aura tomará matices de celeste y de amarillo claro entremezclados con blanco. Luego, a medida que él se mueve hacia la superconciencia, comenzarán a emerger rayos de luz de la fuente central de energía desde el meollo de su médula espinal y desbordarán hacia fuera a través de su aura y penetrarán la atmósfera de la habitación. Tú sientes su presencia como un darshan.

El sub de la mente subconsciente tiene un aura de su propiedad dentro del aura exterior que hemos estado describiendo. Es vista “dentro” del mismo cuerpo físico y es diferente de la cotidiana aura emocional-intelectual que aparece alrededor del cuerpo físico como resultado de que la toma de conciencia se halla en una u otra área de la mente. Todas las condiciones reaccionarias de nuestro pasado que se hallan actualmente reaccionando en nuestra mente subconsciente son reflejadas en los colores de esta aura subconsciente interna. Aunque parezca mentira, el aura interior se ve muy parecida a una pintura de arte moderno. Esta parte del aura no fluye hacia fuera alrededor del cuerpo, pero se mantiene suspendida profundamente dentro del cuerpo, en el área del pecho y el torso. Observando profundamente en el torso, uno puede ver sus diversos colores. Estos no se mueven. Los pintores modernos, quizás sin saberlo, pueden

haber estado pintando el aura sub-subconsciente de ellos mismos, de su familia o de sus amigos, ya que así es exactamente como lucen algunas pinturas.

El aura interna puede lucir así: Del lado izquierdo del pecho, una gran superficie verde; por debajo, en la zona del abdomen, un zona de rojo; cerca de la garganta, amarillo; cruzando el área del corazón, rayas de naranja o púrpura. Estos colores no se mueven. Ellos se mantienen allí vibrando, y el resto del aura se mueve alrededor y a través de ellos.

Miércoles : Trabajando con el Aura Interna

Tan pronto como uno comienza a meditar, para ganar suficiente control de la toma de conciencia, los colores se comienzan a mover un poco. Cuando el meditador rompe con sus patrones de hábito de la vida cotidiana comenzando a reprogramar su mente subconsciente, su aura interior comienza a cambiar. Cuando luego de una buena meditación, un predominante patrón reaccionario subconsciente aparece en su visión como si hubiera sucedido ayer, y él comienza a reaccionar nuevamente, una de estas estructuras puede moverse hacia arriba a la zona de la garganta. El se verá forzado a tragar saliva. En este momento, si tú le preguntas “Qué está pasando por tu mente?” él te hablará claramente de su reacción. Yo siempre recomiendo que esto se escriba y que sea quemado en vez de hablado. De esta manera, ese color desaparecerá para nunca más volver, y otro color se elevará por debajo. Un color verde puede irse y un color marrón elevarse para ocupar su lugar. Estas áreas reprimidas, eventualmente se disiparán, y la toma de conciencia que una vez se hallaba dividida de muchas formas, retractará sus tentáculos de las áreas externas de la mente hasta que le sea posible moverse libremente a través de todas las áreas de la mente.

Cada vez que una de estas condiciones reaccionarias subconscientes profundamente arraigadas se va, al aura interna se vuelve más fluida, más brillante y menos rígida. El devoto se vuelve más saludable. Luego de una completa limpieza subconsciente, después de quizás un año de trabajar consigo mismo y de desarrollar y re-programar su mente subconsciente positivamente, el pecho se transformará en una lámina de un hermoso color amarillo, y rayos de luz blanca podrán ser vistos emergiendo desde su interior. Esto continuará hasta que el devoto pare de trabajar consigo mismo. Y si él comienza a habitar más en las áreas subconscientes o si encuentra en la vida una condición que no es capaz de encarar dentro de sí mismo, y retorna a resentimiento, egoísmo, autocompasión y rencor, el pecho se opacará de nuevo y lucirá exactamente como una pintura de arte moderno.

La mente es como un universo vasto. La toma de conciencia individual del ser humano viaja a través de la mente de un planeta a otro, de un área a otra.. O si comparamos a la mente con el mundo, la toma de conciencia individual del ser humano viaja a través de la mente del odio al amor, a la alegría, a la tristeza, a todas las diversas ideas y conceptos dentro de la mente como si viajara de país en país, de ciudad en ciudad. Por lo tanto, el aura humana es muy consistente. Cada vez que la toma de conciencia individual del ser humano fluye a través del amor, el aura humana refleja los colores pasteles del amor, así como reflejaría los colores del odio, del temor, de los celos, de la exuberancia, de la compasión y de las varias áreas del intelecto. Uno puede aprender a leer los colores del aura humana y conocer en qué área de la mente está fluyendo la toma de conciencia de la persona.

Jueves : El Arte de Ver Auras

La gran pregunta surge, “Cómo sabemos si estamos viendo un aura, o si es sólo nuestra imaginación?” En realidad, no existe tal cosa como la imaginación, de acuerdo al uso general de la palabra. Cuando vamos hacia dentro nuestro, encontramos que cada cosa que es llamada imaginación, o “en el mundo de la imaginación,” en realidad existe dentro de la sustancia refinada de la mente, y simplemente tomamos conciencia de ella en el sitio donde se halla impresa en la vasta sustancia interna de la mente. Solamente cuando tomamos conciencia de algo que imaginamos, por un suficientemente largo período de tiempo, lo traemos hacia fuera de las áreas sutiles de la mente y lo imprimimos en los esquemas de memoria del cerebro físico. Entonces no lo llamamos más imaginación. Lo empezamos a llamar real. Finalmente, si lo llegamos a manifestar físicamente, entonces realmente lo comenzamos a llamar real. Supongo que esta es la forma en que la toma de conciencia individual del ser humano se ha vuelto exteriorizada, de modo de que él ve el mundo externo como real y a las áreas internas, refinadas de la mente como irreales o inaprensibles. No siempre fue así, sin embargo, ya que en ausencia de cosas para exteriorizar la toma de conciencia individual del ser humano, éste se halla naturalmente dentro de si mismo.

Cuando la toma de conciencia está dentro de las profundidades de la mente, de modo que el color y la luz y el sonido son uno mismo para él, entonces él ve a su prójimo de adentro hacia fuera. Primeramente verá la médula espinal de aquél a quien está mirando, y las luces dentro de la médula espinal, y luego él verá el aura interna, luego el aura externa del individuo, y por último verá el cuerpo físico. Cuando la toma de conciencia se halla exteriorizada al punto de que vemos las cosas físicas como realidad, entonces vemos primero el cuerpo físico, y debemos esforzarnos para ver el aura y los estratos internos de conciencia.

Ve hacia dentro de ti mismo y todas las cosas te serán reveladas tanto en los planos internos de la conciencia como en los estados externos de la mente. Comenzarás a ver a través de todos ellos. Ver el aura es como ver a través de una persona. Su cuerpo físico se comienza un poco a esfumar, y vemos donde está fluyendo su toma de conciencia dentro del maravilloso mundo de la mente.

Los colores alrededor de la persona son vistos primeramente dentro de tu propia mente. Tú no los verás con claridad alrededor de su cuerpo físico. Posteriormente, una vez que uno se adapta a esta nueva forma de visión, tú puedes ver colores alrededor del cuerpo físico de un individuo.

De dónde vienen estos colores? Todas las cosas en la mente son sonido y color. Mira a tu alrededor y observa cada una de las

frecuencias vibratorias de cada objeto físico como si tuviera tanto sonido como color. Todo es sonido. Todo es color. Todo es forma. Por lo tanto, en la áreas refinadas de la mente, todas las cosas son color y todas las cosas son sonido, que pueden ser reconocidos a través del sexto sentido del ojo que todo lo ve. Esta facultad está siempre despierta. Simplemente debes aprender cómo tomar conciencia de ella y cómo usarla, de una manera similar a la que el artista debe aprender a distinguir con sus ojos físicos entre un matiz de un color y otro y entre las dimensiones de una pintura.

Viernes : El Uso y el Abuso de la Visión Psíquica

El místico aprende cómo utilizar su sexto sentido ya desarrollado, su tercer ojo. Es usado en todo momento, constantemente, día a día, pero sin embargo no conscientemente. Por ejemplo, alguien puede arribar a tu casa. Tu lo miras y dices, "Tú no te sientes muy bien que digamos hoy. Pareces estar perturbado." Cómo lo sabías? Dentro de ti estás viendo su aura. Si él entra luciendo brillante y resplandeciente, tú sabes cómo se siente por dentro porque ves su aura.

El sendero espiritual a la realización del Ser, sin embargo, no es el ver y analizar auras. La búsqueda es el lograr hacer fluir la toma de conciencia a través del mismo meollo de energía, hacia la inmensidad del Ser Dios, donde la toma de conciencia completamente consciente de si misma, se disuelve en su propia esencia, y se une el lo atemporal, en lo sin causa, en lo inespacial, en Siva, más allá de esa calma, el área de quietud de la mente. Sí, aprender a leer auras puede ser un obstáculo en el sendero a la iluminación pues uno se puede volver el centro de atracción, ya que todo el mundo quiere saber cómo luce su aura. El aura está constantemente cambiando. Dar la lectura del aura de un amigo sería como decirle que clase de vestimenta está usando. Al día siguiente puede estar vistiendo algo diferente. También, cuando puedes ver el aura de alguien, a menudo no lo notas. Generalmente si tú has despertado esta percepción interna de auras, tú solo notarías el aura de alguien si esta es peculiarmente apagada o fuertemente radiante. El místico que tiene control de esta facultad, en general no ve auras todo el tiempo, pero simplemente cuando él quiere. Pero si el aura de una persona fuera de cierta manera sobresaliente, naturalmente que se destacará de forma clara y podrá ser vista fácilmente. Entonces, cuando miramos a dicha aura, nosotros estamos realmente mirando al área de la mente en la cual su toma de conciencia individual está viajando, ya que la mente está totalmente en un estado de creación con la toma de conciencia fluyendo a través de la mente, así como el viajante recorre el mundo.

El místico debe cuidarse de no volverse demasiado involucrado en las emociones de otros. Debe proteger su vida interior viviendo dos

tercios en el interior y solo un tercio en los dominios externos de la conciencia. Y debe ser suficientemente sabio para saber que cada uno debe caminar ya sea trepando o rodeando los grandes peñascos que se encuentran en su camino. En otras palabras, si te encuentras alrededor de gente que no es buena, que tiene auras oscuras, que tienen áreas subconscientes profundamente arraigadas que representan muchos manchones de color negro, gris, rojo y verde ocultos en las corrientes nerviosas psíquicas de su pecho, y tu no te hallas tampoco demasiado fuera de esa área, la frecuencia de vibración de esas personas te llevarán de vuelta a esas áreas de la mente. Esto es por qué aquellos que viven una vida contemplativa, buscan estar rodeados de ellos mismos. Les gusta estar con gente de su mismo estilo de vida. Esto es necesario. Es extremadamente necesario rodearse de un buen ambiente para progresar pasado un cierto punto, en el sendero espiritual. Tú puedes meditar un poco para mover la toma de conciencia hacia un área pacífica de la mente o para obtener un pequeño destello de luz interior, o practicar la respiración y tener un cuerpo más saludable y un sólido sistema nervioso. Pero si realmente quieres ir profundamente adentro hacia tu meta, tú debes mover la toma de conciencia, tu cuerpo físico, tu cuerpo emocional, tu cuerpo mental, con un grupo de personas que piensan en las misma líneas generales y que viven un estilo de vida semejante. El grupo ayuda al individuo, y el individuo ayuda al grupo.

El don de la visión psíquica debe ser desarrollado muy gradualmente a través de los estadios del sadhana. La gracia ocultadora del Señor Siva se debe a una muy buena razón. Algunas personas nacen con visión psíquica y la mantienen a lo largo de su vida. Ya que esta facultad fue desarrollada en un nacimiento previo, la sabiduría y la comprensión de su uso apropiado, les llega a ellos en forma natural. Pero más comúnmente, la visión psíquica se desarrolla lentamente, casi imperceptiblemente, a través de la continuidad ininterrumpida del sadhana. A través de la gracia reveladora del Señor Siva, se nos permite ver lo que necesita ser visto en el momento apropiado de nuestra vida, cuando podemos soportar las reacciones resultantes.

A menudo observamos las expresiones faciales y el lenguaje corporal de amigos y de extraños y así aprendemos los contenidos de su mente consciente y subconsciente, y de allí deducimos cómo piensan y sienten. Por ejemplo, alguien puede estar sonriendo cuando está realmente sintiéndose deprimido. Sin embargo, cuando vemos con nuestra visión astral, no existe misterio. Cuando observamos en su mente subconsciente, vemos los colores de sus estados de ánimo y emociones que quizás no se reflejen en sus rostros. Sí, colores y auras se relacionan con los cinco estados de la mente, el estado consciente, el subconsciente, el sub de la subconciencia, la sub-superconciencia y la superconciencia.

Sábado : Los Chakras y los Nadis

Existen siete grandes centros de fuerza de los ganglios nerviosos psíquicos, denominados chakras, dentro del cuerpo físico, del cuerpo astral y del cuerpo del alma. Cada chakra es un vórtice rotante de poder mental, una extensa área colectiva de muchos, muchos diferentes estratos de pensamiento de energía ódica y actínica. Cuando la toma de conciencia fluye a través de una o más de estas áreas, ciertas funciones tienen lugar, como ser la función de la memoria, la función de la razón y la función de la fuerza de voluntad. A medida que los chakras rotan, liberando energía hacia el cuerpo, estas energías impregnan las células físicas con vida y vitalidad e irradian hacia fuera, a través de los campos de fuerza que rodean al cuerpo. Las fuerzas son como nubes o como neblina en consistencia, y reflejan estas energías de la misma manera en que una nube refleja los rayos del sol. Tu habrás observado nubes en el cielo al atardecer. Ellas parecen cambiar de color, de blanco a rosa y a naranja y luego a matices más oscuros. Por supuesto, las nubes no cambian. Las ondas de luz cambian. Las nubes reflejan fielmente el color de la luz. De una manera similar, el aura humana es una reflexión de la longitud de onda de las energías generadas en nuestra mente por nuestras emociones y de nuestro cuerpo. La energía básico ódica y actínica del aura misma no cambia. Las que cambian son las energías que emanan de los chakras. El aura simplemente refleja esas energías como vibración de color.

Dentro del aura existen corrientes nerviosas denominadas nadis. Es a través de estos nadis que sientes a alguien parado cerca de ti sin dar vuelta la cabeza para verlo. También, parándote cerca de una persona, a unos dos o tres pies de distancia, puedes sentir cómo ella se siente. Los sentimientos son transferibles, ya que los sentimientos son vibraciones que se pueden sentir a través del sistema nervioso sutil. Tú los percibes con estos nadis astrales que se extienden hacia fuera de tu cuerpo y a través del aura. A menudo te puedes identificar con los sentimientos que detectas de otros, y comenzar a sentirte de esa manera tú también, cuando realmente estás sintonizando la vibración de algún otro cerca de ti. Como hemos aprendido, a través de la visión clarividente, estos sentimientos se pueden ver como colores en la atmósfera astral que rodea a tus conocidos. Así como los sentimientos son transferibles, los colores de tu aura también son transferibles. Sabemos ahora que nuestra aura y los pensamientos y sentimientos que le dieron origen, afectan e influencian a aquellos a nuestro alrededor. En cierto sentido, “nos restregamos el uno al otro.” Un ejemplo positivo es la forma en que el aura pura y saludable de una esposa Hindú devota intensifica el aura de su esposo. Como resultado, el estado mental de él es más positivo, y su negocio prospera.

Domingo : Mejorando Tu Aura

Con el conocimiento del efecto que tenemos sobre otros a través de nuestra atmósfera astral mental y emocional, obtenemos un maravilloso siddhi: la habilidad de desarrollar y mejorar nuestra propia aura y así nuestro estado diario mental y emocional, y al mismo tiempo el poder de mejorar el aura y el estado de ánimo de aquellos a nuestro alrededor. Tu sadhana es ahora esforzarte por desarrollar tu aura en la dirección de colores más deseables y eliminar gradualmente esos indeseables.

Debemos comenzar a comprender cómo llevar a cabo este nuevo sadhana. Trabaja de dos maneras: 1) visualizando uno o más colores positivos brillantes inundando tu aura, inmediatamente tu toma de conciencia deja el área indeseable de la mente (como ser depresión, enojo o celos), y tú experimentas sentimientos más positivos; 2) moviendo conscientemente tu toma de conciencia hacia áreas más positivas a través de la repetición de afirmaciones positivas o mantras, al mismo tiempo que trabajamos en traer los correspondientes sentimientos, tales como alegría, felicidad y regocijo. De esta manera el aura es infundida de colores positivos brillantes. Trabajando conscientemente para mejorar la propia aura se vuelve doblemente importante cuando recordamos que sus colores, siendo magnéticos, reaccionan en nuestra mente y emociones, de esta manera intensificando y neutralizando los estados mentales originales que los motivaron. Todos hemos encontrado que esto es cierto a través de la lección de que cualquier estado mental o estado de ánimo negativo parecería apresar a uno en sus propias garras y demanda fuerza de voluntad jalarse a uno mismo hacia un enmarque mental más positivo. Pero, como podrás haber hallado en tu experiencia previa con el sadhana, el esfuerzo constante rinde sus frutos. Tú puedes estabilizar y fortalecer tu facultad mental y emocional de la misma manera en que puedes fortalecer tus músculos físicos y estabilizar tus nervios a través de ejercicio y práctica.

Visualizando consistentemente colores deseables en tu aura, especialmente durante los momentos de adversidad y de confusión emocional, te puedes volver muy ágil y diestro en controlar tu toma de conciencia individual. Abrillantando tu aura de esta manera neutraliza los residuos de emociones negativas y carga al aura con energía actínica. En forma automática, los sentimientos de depresión y desesperación dan lugar al coraje y a la confianza. Sentimientos de celos y de resentimiento dan lugar a confianza y compasión.

A medida que continúas con este sadhana, tú verás cuan bien puede resultarte. Esta práctica también te ayudará para continuar construyendo y moldeando tu carácter de acuerdo a los yamas y niyamas manteniendo tu toma de conciencia fuera de estados mentales más oscuros y densos. Pronto desarrollarás una

personalidad fuerte y más atractiva que inspirará a otros en forma natural.

Has descubierto los cinco estados de la mente: consciente, subconsciente, sub del subconsciente, sub-superconsciente y superconsciente. También comprendes las tres facetas de la mente: instintiva, intelectual y superconsciente. Ahora estamos aprendiendo acerca de nuestra toma de conciencia individual, qué es y cómo viaja a través del vasto universo de la mente así como el viajero se mueve de lugar a lugar en la Tierra. En cada lugar que el viajero visita, las vibraciones a su alrededor lo afectan. El absorbe los pensamientos y los estados de ánimo de otros. Es influenciado por los eventos en los que participa. En forma semejante, cuando tu toma de conciencia individual viaja a través de la mente, es influenciada o coloreada por las vibraciones dentro de cada área de la mente en la que toma conciencia. Esto influencia tu sistema nervioso y sienta los fundamentos para tus pensamientos y tus sentimientos, dando origen a los colores en tu aura. Estos colores son siempre cambiantes ya que tu propia toma de conciencia está constantemente en movimiento a través del vasto universo de la sustancia mental.

34 – La magia del color

Lunes : Inundando de Color tu Aura

Como devoto, tú has ido a menudo al templo con tus problemas y los has puesto a los pies de tu Deidad. En el invisible mundo del Devaloka, lo que realmente sucede es que la Deidad y sus muchos devas, trabajan con tus problemas trabajando con tu aura, en especial con el aura interior, desintegrando o haciendo disipar cualquier congestión que encuentren. Ellos aclaran los colores más oscuros que fueron creados al viajar a través de estados mentales conflictivos, infundiéndoles rayos de luz blanca y violeta desde el santuario interno. Raramente veremos a esto suceder, pero ciertamente lo podemos sentir, y nos vamos del templo sintiéndonos aliviados de congestión y de preocupación. A menudo no podemos recordar que era lo que nos trastornaba.

Tú también puedes inundar tu aura con rayos de luz blanca y violeta, así como lo hacen las Deidades y los devas. Si estás de mal humor debido a que te acabas de poner furioso con alguien porque estás celoso de él, existe un remedio que puedes llevar a cabo por ti mismo. Tu aura está ahora con color marrón con verde oscuro sucio, posiblemente acentuado con chispazos negros y rojos. Para contrarrestar su peso, simplemente agrégales blanco. Visualiza luz blanca inundando desde el centro de tu médula espinal hacia tu aura y a través de ella. Visualiza rayos violetas inundando tu nueva aura blanca vigorizando y abriéndose camino en la oscuridad.

Cuando vas como conciencia pura, exactamente en el centro de tu médula espinal e inundas sustancia mental blanca en tu aura, el blanco se mezcla con el negro y aparece gris en tu aura. Inmediatamente experimentas temor, pero esta emoción pasa rápido a medida que más blanco entra en el aura. El gris desaparece pronto. A medida que más blanco entra en el aura, el flameante rojo de la furia se transforma en matices de rosa de la tolerancia y la compasión. Los marrones oscuros y el verde tenebroso y sucio de los celos se transforman en el verde esmeralda de la confianza y de la humildad. Un sentimiento de paz y alegría te llega a medida que los nuevos colores reaccionan sobre las emociones. Todo esto y más te sucede desde tu interior debido a que deliberadamente has movido tu toma de conciencia individual profundamente dentro del centro de tu médula espinal y has inundado con rayos blancos de luz hacia tu aura. Demanda simplemente un poco de esfuerzo de tu parte, un poco de concentración, de persistencia y de confianza en tu habilidad de cambiar tu propio estado de ánimo con un esfuerzo de voluntad positivo. Tú también puedes hacer lo que los devas hacen. Inténtalo hoy.

Sin duda has experimentado dificultad al levantarte por las mañanas. Cuál es el remedio para esto? Con qué color inundarías tu aura para vigorizar tu cuerpo físico temprano en la mañana? Inunda tu aura con rojo, por supuesto, un rojo agradable brillante. No toma demasiado esfuerzo visualizar el color rojo. Tú sabrás que lo has logrado cuando de repente tu vitalidad física se despierta y te sientes vigorizado y listo para ponerte de pie para empezar un hermoso día.

Todos nosotros en una u otra oportunidad experimentamos pereza mental. Cuál es el remedio? Simplemente inunda tu aura con amarillo, visualizando amarillo claro a tu alrededor y pronto serás llevado al área pensante de la mente y serás capaz de continuar tus estudios en forma progresiva. La visualización del color naranja fortalece tu agresividad intelectual, ya que el rojo se adiciona al amarillo. De modo de que si quieres volverte intelectualmente agresivo, una cualidad necesaria para tener éxito en el mundo de los negocios, una vez que has conseguido inundar tu aura con luz amarilla, inunda tu aura con luz naranja y experimenta el cambio por ti mismo.

Martes : Bendiciones y Sus Opuestos

Si el resentimiento y el enojo no son conquistados en esta vida, todos los karmas de la creación de estos trastornos a través de la vida se condensan y se hacen simiente. En la próxima vida, en forma condensada, los colores del aura interna del sub de la mente subconsciente, quedan en la sustancia mental del bebé, aguardando que una situación semejante tenga lugar, para estallar en una impresionante colección de colores y dominar las emociones del aura externa y la mente consciente y la subconsciente. A medida que el bebé crece físicamente, el aura interna crece también. Por esto es que los padres a menudo le cantan canciones religiosas y bendicen al bebé con luz blanca, para ayudar a armonizar los karmas en simiente de modo que estos no despierten con todo su poder negativo. Los padres trabajan para aligerar los colores con luz blanca, y los karmas se hacen menos pesados. De este modo, el padre Hindú sabio intenta suavizar el sub de la mente subconsciente reflejado en el aura permanente del niño aún a una edad temprana. Cada área del montaje de color pránico representa un total conglomerado de experiencias que el niño tuvo en vidas pasadas pero que no se resolvieron y por lo tanto debe atravesar de nuevo en esta vida.

Sí, tú puedes también bendecirte a ti mismo. Con muy pequeño esfuerzo, ve dentro de ti mismo y toma conciencia del centro de tu médula espinal donde se encuentra la luz blanca y deja que la luz irradie hacia fuera, inundando por completo tu aura. A medida que lo hace, también neutralizará el aura más permanente interna, aligerando los colores más pesados, si los hay, en matices y tonalidades que inspirarán y vigorizarán tu vida futura. Cuando los colores más pesados se han ido finalmente, ellos desaparecen para siempre. Esto es en efecto una bendición que tú puedes darte a ti mismo, o que la Deidad te puede dar en el templo con el instantáneo poder de Sus rayos.

Te puedes estar preguntando en este momento, qué es lo que es exactamente una maldición. Una maldición es exactamente lo opuesto a una bendición. Cuando alguien se enoja contigo, o cuando tú te enojas con alguien, ellos están en realidad maldiciéndote o tú estás maldiciéndolos a ellos. Esto es debido a que poderosas vibraciones de rojo y negro, grises y verdes marrones y barrosos están siendo enviados de una persona a otra. Verdaderamente esto lastima, y mal karma es creado.

Nuestras escrituras sagradas nos dicen que debemos purificar nuestros intelectos. Qué es lo que esto realmente significa? Significa que debemos aligerar los colores que están dentro de nuestra mente subconsciente y del sub de la mente subconsciente. Cuando el intelecto ha sido finalmente purificado, el aura externa muestra muchos colores pastel en ella y a través de ella. El aura interna permanente se llenará con hermosos diseños de amarillo dorado,

azul y lavanda. Pero una vez que el intelecto es purificado, debe tener lugar diariamente una buena manutención mental de manera que no se creen áreas congestionadas como resultado del hábito. Este es el gran valor de una vida religiosa regulada y del sadhana diario.

Para mantener los colores del subconsciente y del sub-subconsciente refinados, nuestra religión nos dice que debemos ir en largo peregrinaje una vez al año. Esto significa que llevamos nuestra aura interna que se ha ido acumulando a lo largo del año y que la ponemos a los pies de la Deidad en un templo lejano. Durante el peregrinaje, podemos colectar todos sus colores, todas las emociones y profundos sentimientos y dejarlos junto con nuestras ofrendas de frutas y flores, a los sagrados pies del Dios, para que El los desintegre. Así de grandiosos son los Dioses de nuestra religión.

Para mantener los colores de nuestro subconsciente y nuestro sub-subconsciente refinados, nuestra religión nos dice que leamos diariamente las escrituras, ya que nuestros pensamientos y conceptos elevados, traen púrpura, lavanda, rosa y amarillo a nuestra aura. Para mantener refinados los colores de nuestro subconsciente y sub-subconsciente, nuestra religión nos dice efectuar puja diariamente para invocar personalmente a los seres elevados del Devaloka a nuestro santuario del hogar y obtener sus bendiciones. Puede interesarte saber que tales bendiciones aligeran no solo el aura de las personas que habitan en el hogar, sino el mismo edificio físico.

Para mantener refinados los colores de nuestro subconsciente y de nuestro sub-subconsciente, nuestra religión nos dice que procuremos los sacramentos esenciales de la vida a nuestros hijos de modo de que las impresiones permanentes de estas combinaciones especiales de color y sonido sean colocadas dentro del aura interna de la mente sub-subconsciente y se sume a aquellas que se hallan allí provenientes de previos samskaras.

Miércoles : Explorando el Mundo de los Colores

A veces puedes experimentar momentos estresantes durante tu sadhana diario. Estos pasarán pronto, para no reaparecer nunca, de modo que no te preocupes. Lo que en realidad está sucediendo es que la luz blanca emerge desde adentro tuyo y penetra por distintas cavidades del aura interior, y una por una van siendo iluminadas. Sin embargo, cada vez que la luz interior penetra una u otra de estas cavidades de color del subconsciente congestionado, se agitan los recuerdos de aquello que los creó. Esto trae, para ser vuelto a experimentar, los correspondientes pensamientos, sentimientos y emociones. Debido a que estos se manifiestan espontáneamente, se siente la tensión de la intrusión en el sistema nervioso externo. Puedes estar seguro que esto será pasajero. Respira profundamente y ten la certeza de que ya pasará. Respira profundamente y diafragmáticamente y todo estará bien. Esto es una forma de una suave y auto-impuesta cirugía psíquica, a medida que los colores se ajustan a los rayos de luz blanca provenientes del interior de tu médula espinal a través de la gracia del Señor Siva.

Si tu hijo está llorando en forma descontrolada y tú no puedes dormir, con qué color lo bendecirás? Te enfurecerás y gritarás, “Por qué no te duermes! Te dije que estás molestando a tu padre!” Destellos de rojo? El niño se aterrorizará. No, tú debes armonizar las emociones del niño con matices de azul y verde pálido. Una parte importante de tu sadhana es familiarizarte con el equivalente mental-emocional de cada color. Te puedes familiarizar con el efecto físico, mental y espiritual individual de cada color, simplemente mirando un color tras otro y experimentando los resultados. Cada color y las emociones que este refleja son como los dos lados de una misma moneda. Apréndelos tan bien que el pensar en uno te traiga la idea del otro. Este conocimiento es el cimiento de tu sadhana de color. Entra en este maravilloso mundo del color con interés y seriedad.

Puedes llevar a cabo sadhana de color en una variedad de formas. Por ejemplo estudia la manera en que te hacen sentir los diversos colores que te rodean. Cómo te sientes cuando entras en una habitación que está pintada de azul? Y de blanco? Y de amarillo? Otra forma de estudiar el color es visualizar cada color en tu mente consciente. Coloca delante de ti un trozo de papel del color que deseas visualizar. Mira al papel y luego cierra tus ojos y trata de ver exactamente el mismo color en tu mente. Luego abre los ojos y mira al papel de nuevo, y con los ojos aún abiertos intenta ver el color en tu mente consciente. Literalmente llena tu mente con el color del papel. Una vez que has llevado a cabo este ejercicio con un color, repítelo con otro, luego otro y luego otro. Usando tu grandiosa facultad del alma de observación y por la gracia del Señor Ganesa, percibirás muchas pruebas del significado del color. Muy rápidamente acumularás una buena provisión de experiencias de

cada color dentro de tu mente subconsciente, y de su correspondiente estado mental-emocional.

Jueves : Métodos Para Autosuperarse

La siguiente faceta en tu sadhana puede comenzar una vez que has memorizado los colores y sus correspondientes estados mentales y emocionales y una vez que este conocimiento está definido claramente en tu mente consciente y subconsciente. Comienza haciendo un concienzudo y honesto examen de mantenimiento mental y emocional. Comienza analizando tus cualidades nobles y refinadas y escríbelas en un trozo de papel. Luego, en el mismo trozo de papel, anota tus flaquezas instintivas y débiles. Estas son las cualidades de las cuales vas a querer desprenderte o que querrás transformar para llevar tu naturaleza a un nivel más refinado de conciencia. Ahora, quizás por primera vez, te estarás viendo a ti mismo como un ser total, físico, emocional, mental y espiritual.

Luego, decide cuál de tus flaquezas necesita ser atendida primero y comienza aplicando lo que has aprendido acerca de inundar tu aura con el color que efectúa los cambios que tú deseas. Si persistes en tus esfuerzos, estarás satisfecho con los resultados. Elige una falla de tu carácter como ser los celos. Una vez que te has decidido a tratar con los celos y a aligerar el desagradable verde-marrón oscuro en tu aura interna y/o en el aura externa, hazte una imagen clara de verde claro y amarillo e inunda tu aura con esos colores con un pequeño esfuerzo de voluntad. No tienes que esforzarte demasiado para lograr esto. Necesitas simplemente relajarte y mantener una imagen clara de los colores deseados. Visualiza los dos colores y proyéctalos desde el centro de tu médula espinal hacia tu aura interna y externa. Eso es todo lo que tienes que hacer. Tan pronto como el verde claro y el amarillo inunden tu aura, sentirás un cambio inmediato en tu estado mental y emocional. Los sentimientos antagónicos de los celos comenzarán a desvanecerse. La cualidad mental opuesta de comprensión y la cualidad mental opuesta de auto confianza serán reforzadas como resultado.

Una vez que perfeccionas esta técnica, en uno o dos de tus rasgos difíciles, tales como celos, enojo o resentimiento, puedes comenzar a transformar otras áreas de tu naturaleza, como ser vergüenza, falta de confianza o el ser muy criticón de otros. El procedimiento es el mismo. Y los mejores momentos para trabajar en esta área es cuando te sientes impulsado hacia esta área por algo que te ha sucedido. Cada vez que te sientes entrando en una de estas áreas de la mente y tu toma de conciencia es consumida por uno de estos sentimientos – en cuyo caso tu aura ha tomado los colores correspondientes – simplemente visualiza el color que lo compensa e inunda con él tu aura.

Si estás dominado por la furia y el resentimiento – un rojo negruzco con rayas amarillas – visualiza el color celeste entrando en tu aura y

rodeando tu cuerpo. El celeste neutralizará los rojos furiosos, y antes de que te des cuenta, la furia y el resentimiento se habrán ido. El visualizar el color celeste en realidad llevó tu toma de conciencia fuera de ciertas áreas de la mente instintiva y hacia estados intuitivos. En vez de furia, experimentas compasión y comprensión. Al hacer esto parte de tu sadhana, has adquirido una herramienta refinada para enfrentar emociones y estados mentales instintivos-intelectuales.

Habrá momentos, por supuesto, donde el jalón de las áreas instintivas-intelectuales será tan fuerte que se te hará difícil visualizar el color que lo compensa. Los jalones de la conciencia baja son tan fuertes que hasta puede resultar poco grato pensar en los colores intelectuales y superconscientes. Sin embargo, efectuando este sadhana regularmente, llegará el momento en que cada vez que tu toma de conciencia sea jalada hacia un área instintiva indeseable, serás capaz de ejercitar el sistema nervioso interno de tu cuerpo del alma y traer bajo tu control los elementos instintivos, intelectuales de tu naturaleza.

Viernes : Cargando Tu Aura con Prana

Quiero animarte y darte confianza para que inundes tu aura con colores. Toma muy poco esfuerzo de tu parte hacerlo. El intento mismo es el empuje que se requiere. El deseo consiste en un comando mental, dejando el resto bajo el mecanismo natural de la mente. Por lo tanto, pidamos a nuestro Señor Ganesa que quite los obstáculos de la duda y del temor.

Si estás trabajando durante el día para traer un cierto color en tu aura, lleva contigo algo, o viste algo de ese color. Cuanto más estés consciente durante el día del color con el que estás trabajando, mejores serán los resultados. Esto se debe a que tu atención tomará automáticamente la impresión del color, y la cualidad correspondiente será intensificada en tu carácter. Un poco de práctica durante tu período de sadhana de media hora y a través del día, y algunas experiencias positivas con color, pronto te darán la confianza que necesitas. Paciencia, perseverancia e interés serio son las claves para el triunfo.

Como sabrás, no es infrecuente que las emociones de una persona afecten a aquellos a su alrededor. Es por lo tanto importante que tú aprendas cómo “cargar” tu aura con energía pránica de modo que los colores más oscuros de auras de otras personas no penetren en la tuya. Si esto sucede, tú experimentarás sus estados de ánimo y sus emociones, y puedes interpretarlos como tuyos. Pero en realidad has estado simplemente aceptando rojos oscuros, verdes y marrones barrosos del aura de ellos. Simplemente no tenías suficiente prana en tu aura para protegerte de la intrusión. Estas formas mentales de pensamiento y colores indeseables de las auras de otros se llaman a menudo influencias psíquicas.

Para protegerte de influencias psíquicas, puedes cargar tu aura con prana vital de tu propio cuerpo pránico. Para hacer esto, siéntate tranquilamente, respira profundamente y mentalmente entra en contacto con tu cuerpo pránico, primero visualizándolo y luego sintiéndolo. El cuerpo pránico de la mayoría de las personas se extiende hacia fuera del cuerpo físico una o dos pulgadas, dependiendo del nivel de vitalidad. Por supuesto el cuerpo pránico también impregna completamente la totalidad del cuerpo físico. Al sentarte tranquilamente, y respirar profundamente y despaciosamente te vuelves íntimamente consciente de la vitalidad, del prana, que circula a través de tu cuerpo físico. A medida que inhalas, siente la vitalidad de tu cuerpo. Siente la energía magnética dentro de él. Siente su vida. Luego, cuando exhalas, tanto mentalmente como sintiéndolo, libera un poco de esta vitalidad, este prana, esta fuerza de vida, y envíala hacia tu aura. Continúa enviándola con las exhalaciones hacia el borde exterior del aura alrededor de todo tu cuerpo, desde la cabeza hasta los pies. El borde exterior del aura humana está aproximadamente a una distancia de

tres o cuatro pies del cuerpo físico. Luego de que has cargado tu aura de esta manera con prana vital unas nueve veces, deberás sentir un caparazón magnético que se va construyendo alrededor del borde exterior de tu aura.

Te sentirás muy seguro y contento al sentarte dentro de tu propia aura cargada con prana de tu propio cuerpo pránico. Estás protegido de toda clase de influencias psíquicas, visibles y no visibles. Pero el prana dentro de tu aura eventualmente se consumirá, y tú deberás recargarlo cuando esto sucede. Para el principiante, sólo dura una o dos horas hasta que debe ser reconstruido. Cuando te vuelves más avanzado en la práctica, esto sucederá casi subconscientemente, o automáticamente, cuando percibes que lo necesitas. Una vez que dominas este simple método de cargar tu propia aura con prana, pronto desarrollarás una inmunidad a las formas de pensamiento y colores emocionales indeseables de aquellos a tu alrededor. Esto es una gran ayuda para prevenir el tomar influencias negativas del lugar que estamos por visitar, de la persona con la cual nos vamos a encontrar, o del grupo al que estamos por entrar.

Sábado : Emanaciones Protectoras

Una vez que has aumentado rápidamente la fuerza pránica de tu aura, puedes con facilidad inundarla con cualquier color que desees. Cada color tiene sus propias cualidades protectoras, que pueden ser elegidas para contrarrestar o balancear las vibraciones que vas a estar experimentando. Consideremos el ejemplo de protegerte de las emanaciones áuricas de una persona que está enferma, una condición que encontrarás cuando visitas un hospital. Puedes contrarrestar fácilmente esta influencia inundando tu aura con colores de salud y fortaleza física. Esto no solo te protegerá a ti, sino que también mejorará las condiciones de aquellos a tu alrededor. Cómo haces esto? Toma conciencia de tu médula espinal y visualiza un torrente de luz blanca en su centro, desde la base hasta el tope de tu cabeza. Luego, mentalmente extrae de esta luz blanca pura, rojo cálido y rosa vibrante. Como poder curativo, visualiza verde pálido alrededor del paciente, un color que muchos hospitales modernos han adoptado para invocar curación. Para incrementar tu vitalidad aún más, visualízate llevando a cabo sin esfuerzo algún esfuerzo físico o alguna proeza atlética. Por ejemplo pasa mentalmente por todos los movimientos de levantar algo pesado con facilidad y pronto sentirás que la energía se va incrementando en tu interior.

El aura de un doctor o de un enfermero exitoso, invariablemente muestra la presencia de rojos brillantes y de rosas vívidos. La mayoría de los doctores y enfermeros más exitosos que están en contacto con sus pacientes, poseen las vibraciones mentales y emocionales de fortaleza, poder y confianza. Ellos se mantienen animosos y alegres a pesar de la negatividad de los muchos a su alrededor que se hallan sufriendo enfermedades y desesperación. El aura fuerte de un doctor, bien protegida, no absorbe los matices grises de sus pacientes. Gris en el aura, que indica temor, deja abierto al individuo a toda clase de influencias negativas.

Si vas a tener una discusión intelectual importante con alguien y quieres asegurarte de permanecer sereno y centrado, con qué colores deberás inundar tu aura? La respuesta: naranja y amarillos brillantes. Esto acarreará una nueva energía a incrementar tu intelecto y protegerte de ser dominado por la fuerza intelectual de otro. Tú has experimentado probablemente momentos en que has sido dominado de esta manera y saliste de una discusión arrepentido de haber sido persuadido de tu perspectiva original. Esta técnica puede ayudarte a prevenir esto haciéndote mentalmente más fuerte y más ágil. Esta es también una forma de ayudarte a sobreponerte a la timidez. Rodeado por un aura vibrante cargada con naranja y amarillo brillantes, eres un individuo seguro y confiado, capaz de entrar en una discusión con nueva auto-confianza. Las vibraciones de otros tienden a rebotar en tu aura. Tu estás relajado y amigable, e inteligencia brota de ti sin inhibiciones. Un pensamiento más sobre este tema: es también prudente mantener una imagen mental de tu

cabeza siendo rodeada por un aura dorada de luz amarilla. Esto creará la vibración en la cual los pensamientos fluyen libremente sin interrupción y la percepción se acelera a medida que hablas.

Domingo : Resguardando tu Naturaleza Emocional

Ahora, quizás lo más importante es que aprendas a resguardar tu naturaleza emocional. La naturaleza emocional es a menudo la más vulnerable y la que puede ser influenciada más fácilmente. Deberás admitir que demasiado frecuentemente has sido impulsado a actuar más por tus emociones que por tu intelecto. Proteger tus emociones es mantener tu naturaleza instintiva controlada bajo las firmes riendas de tu intelecto. Los colores usados para armonizar y proteger la naturaleza emocional son celeste y violeta. Inundando tu aura con el hermoso color azul del cielo y con un vívido violeta, aquietas tus propios sentimientos y emociones bajos y te vuelves impermeable a los sentimientos y estados de ánimo negativos de aquellos a tu alrededor. Con la llegada de estos colores, tu toma de conciencia individual es transportada hacia los dominios más refinados y elevados de la mente superconsciente. Recuerda siempre que inundando tu aura con el azul brillante del cielo y con lavanda, estás automáticamente construyendo una armadura para protegerte de los sentimientos bajos y pasiones de los otros, tales como furia, celos, odio y lujuria. Entonces, has un estudio de brillantes y claros azules y violetas y selecciona aquellos que te agradan más . Intuitivamente tú sabrás qué matices son los mejores para ti. Hermosas tonalidades de azul y violeta se hallan siempre en auras de exitosos educadores, misioneros, asistentes sociales y aquellos que trabajan alrededor de personas con menos refinamiento emocional y mental que el propio.

Hay una parte de este sadhana que debes aprender para hacer completa tu comprensión del aura humana, y esto es el conocimiento del círculo áurico. El círculo áurico es un caparazón de energía alrededor del aura misma. Este actúa como resguardo o escudo contra toda forma de influencia psíquica dirigida conscientemente o inconscientemente en contra del individuo. A diferencia de la carga del aura con energía pránica a través de la respiración, el círculo áurico se forma rápidamente y fácilmente produciendo una imagen mental de un huevo que rodea completamente tu aura. El caparazón debe ser visualizado como un gran óvalo de luz blanca translúcida con una abertura en la parte superior, del tamaño de tu cabeza. Tiene forma oval o de huevo, porque bordea el aura así como la cáscara reviste al huevo. Debe ser visualizado con tres o cuatro pies de profundidad en la parte más ancha, angostándose a unos dos pies en la cabeza y en los pies.

Demanda poco esfuerzo de voluntad visualizar y proyectar este caparazón protector translúcido alrededor de tu aura en el plano astral. Aunque puede que no lo veas, sentirás su presencia protectora. Una vez que has construido un caparazón protector alrededor de tu aura, éste solamente necesita ser renovado cada tanto. Puedes hacer esto fácilmente extendiendo ambos brazos hacia el frente a la altura de tu cintura. Luego presiona una contra otra las

palmas de tus manos y visualiza energía fluyendo desde tu plexo solar hacia tus manos. Una vez que se establece el flujo de prana, aparta despacio tus manos sintiendo el prana emanando desde la yema de tus dedos. Este prana se queda en el caparazón externo de tu aura. Mueve tus brazos separándolos hacia los lados y luego completamente alrededor hasta la parte de atrás de tu cuerpo hasta que los dedos y las palmas se tocan de nuevo. Durante todo el tiempo que haces esto, mantente enviando prana hacia el caparazón externo de tu aura a través de las yemas de tus dedos. El fortalecer el círculo protector alrededor de tu aura de esta forma de tanto en tanto, te será muy útil para manifestar una vida más alegre y más llena, ya que definitivamente te resguardará de todas formas de ataque psíquico o de influencias maléficas, sin importar cuál sea la fuente.
El círculo áurico que rodea a un aura vibrante cargada con los colores apropiados, fortificada con el envío de pranas vitales desde el cuerpo pránico, da protección contra el drenaje de fuerza física por seres astrales, en los casos extremos de ataques astrales.
Abreviando, este caparazón blanco, protector, translúcido, es un escudo espiritual que filtra esas influencias que serían dañinas o trastornantes para ti. Antes de comenzar tus oraciones o meditaciones, deberías siempre reforzar este escudo protector.

35 – El dormir y los sueños

Lunes : El Mundo de los Sueños

Los sueños han sido un misterio y un acertijo para las gentes de todas las edades a través del tiempo. La fascinación de los sueños ha sido evidente en la historia, en la filosofía y ahora incluso en la ciencia. Esto nos lleva a sumir que el estado de sueño no es distinto del estado de vigilia, ya que especialmente en esta era tecnológica de la comunicación, vivimos más en nuestra mente que en nuestro cuerpo físico. Millones de personas conocen sobre computadoras y manejan conceptos muchísimo más avanzados que en el estado normal en que uno se hubiera hallado hace cien años. La mente nunca duerme – sólo el cuerpo físico goza de esta indulgencia – y el cerebro físico percibe y graba lo que pasa a través de la mente, pero el cerebro astral percibe y graba ... oh! tanto más! Por lo tanto, teniendo esto en cuenta, existe una continuidad de conciencia veinticuatro horas al día, pero no toda es percibida y grabada en el cerebro físico, ya sea durante el día o durante la noche. Esto es por qué es difícil recordar todos los detalles de la vida y de la experiencia de uno, aunque más no sea luego de un corto lapso de cuarenta y ocho horas. Son sólo las cosas importantes, aquellas que hicieron la impresión más fuerte en los patrones de memoria del cerebro físico, las que son recordadas.

En los mundos internos, en el universo interno, existe una vida que no es distinta de esta que uno experimenta como jiva, pero es mucho más completa, más complicada , lógica y mucho más avanzada. Dentro de este mundo, el Antarloka, existen grandiosas escuelas donde los estudiantes se reúnen para aprender acerca de un futuro más productivo que aquél en el cual ellos pueden participar creando cuando encarnan. Aquí, ellos se mezclan y se asocian con otras almas cuyos cuerpos físicos se hallan durmiendo y con quienes ellos trabajarán y cooperarán durante el próximo ciclo de nacimiento. Es un universo muy bien planeado, ambos, el universo exterior y el universo interior. El valor que tiene el dormir para la persona en el sendero es el de ganar la habilidad de pasar de largo el estado bajo de sueño y remontarse profundamente hacia estas escuelas de los planos interiores. Esto se logra con la repetición de mantras, de yoga japa, inmediatamente antes de dormir, y luego de relajar el cuerpo a través de yoga hatha y de respiración diafragmática.

Es casi tradicional en muchas culturas el tratar de recordar los sueños, y los que estudian los sueños hasta te los interpretarán. Todo esto casi linda con la superstición, y es para nada deseable para el desarrollo espiritual, comparado con otros tipos de prácticas más pragmáticas. Una persona que se inicia en el sendero, o incluso una que se halla en una fase intermedia, debe esforzarse en olvidar los sueños y en fortalecer las fibras de la mente y de la psiquis a través

del sadhana diario. Existe en realidad un momento en el yoga marga, luego de que el charya y que el kriya margas han sido bien dominados y que uno ha pasado por ellos, en que el recordar los sueños es beneficioso y fructífero, pero esto será solo entre el guru y el sishya.

Cuando el japa es bien llevado a cabo y se mantiene un sincero deseo de trascender las fuerzas del cuerpo físico y entrar en las escuelas astrales de aprendizaje, el aspirante tendrá noches sin sueños. Un dormir profundo prevalecerá. Podrá haber unos pocos segundos de sueño justo antes de despertar, a los cuales uno no debe prestar ninguna atención, ya que es cuando el cuerpo astral vuelve a entrar rápidamente en el cuerpo físico. Pero un dormir profundo y sin sueños, es en si mismo un indicador de que el purusha está totalmente separado de las fuerzas físicas y completamente intacto y funcionando en el Devaloka. La Academia del Himalaya es una academia en el Devaloka en la cual los rishis del Nandinatha Sampradaya enseñan, ayudan y guían a decenas de miles de devotos del Dios Siva, quienes han sido influenciados por las palabras y las enseñanzas de nuestro sampradaya.

Debemos olvidar los malos sueños tan pronto como sea posible, a no ser que recordándolos a través de la mente consciente, los grabemos en el subconsciente inmediato y hagamos que se manifiesten en nuestra vida diaria. Pensar en un mal sueño es crear. Olvidarlo es evitar crear. Por lo tanto, si tienes la más mínima preocupación acerca de tus sueños y no te hallas directamente bajo la guía diaria de un guru, es mejor dejarlos pasar y considerarlos no importantes y no parte tuya, así como considerarías a un programa de televisión.

Los sueños del tipo de realmente pesadillas, no son naturales de la mente del que duerme. Por lo tanto, debemos suponer que son producidos por influencias externas, tales como lo que los vecinos están atravesando en el apartamento contiguo, o en el apartamento de arriba o de abajo, o lo que un amigo o un familiar querido está experimentando en la vida diaria. Subjetivos como son, los sueños frustrantes, confusos e incluso amenazantes de esta naturaleza son tomados como la propia creación de uno o como el propio problema de uno. Sin embargo, muy frecuentemente no es así. Un niño puede estar atormentado por pesadillas y despertarse gritando, y la solución será hacerlo dormir en otra habitación, lejos del apartamento contiguo, donde el esposo y la esposa se hallan peleando, teniendo pensamientos de odio. Este tipo de peleas impregna la atmósfera interna cien yardas a la redonda, tan lejos como la voz más alta pueda ser oída si no hubiera paredes. Esto es por qué aquellos en el sendero buscan la quietud de un bosque, una vida lejos de la ciudad, para llevar a cabo el sadhana en su búsqueda espiritual. Los sueños de captura y persecución no son productos de la mente de uno. Son definitivamente influencias externas.

Martes : Experiencias en el Plano Astral

Cuando nos hallamos en un sueño, nos parece tan real. Cuando nos despertamos, lo consideramos como un sueño, que es usualmente pensado como irreal. En forma similar, los filósofos de la India disfrutan diciendo que nos hallamos en esta vida y nos parece real hasta que despertamos, a través de iluminación espiritual, a una realidad más grandiosa. Si postulamos que los sueños son reales, debemos reconocer que lo que recordamos de ellos es nuestros estados inhibidos de conciencia, experiencia, libre de trabas de la sociedad, de costumbres nacionales y locales, o inhibiciones plantadas en la mente por los padres a una tierna edad. El saber esto nos dejará conocer quiénes somos realmente, por debajo de la fachada, cargados por la sociedad, suprimidos por las creencias y las actitudes del estado de vigilia. Somos libres en nuestros sueños. Nadie nos está mirando. La sociedad, la familia y los amigos no nos están juzgando.

Los médicos ayurvedas afirman que aquellos del kapha dosha, que es agua y tierra, sueñan frecuentemente con agua. Aquél que es del pitta dosha, naturaleza de fuego, sueña con el fuego. Un vata, o naturaleza de aire, sueña con aire. Pero también dicen que es mejor olvidar tus sueños pues pueden ser producidos por indigestión o por constipación. Y estos pueden ser sueños que no te conviene recordar. Sin embargo, si los sueños describen quién eres realmente, puede ser beneficioso, para aquellos bajo la guía de un satguru, escribirlos cada mañana al levantarse y ponerlos a sus sagrados pies, al final de cada mes. Esta será una relación de entrenamiento estrictamente entre el guru y el sishya y por un específico período de tiempo, no más de cuatro meses. Puede infundir miedo, incluso ser descorazonante, hacerlo tú mismo. Y los satgurus recomendarán que olvides tus sueños al despertar, ya que si son recordados pueden traer esa realidad a la realidad de la vigilia y producir experiencias que tu no quisieras experimentar.

Otra cosa me viene a la mente – esto es que ocasionalmente he experimentado estar absolutamente consciente, totalmente consciente del cuerpo físico, los ojos cerrados, al mismo tiempo viendo a través de los ojos del cuerpo interno y comunicándome a través del pensamiento con personas astrales en mi habitación. A veces, cuando los mathavasis se han demorado en alimentarme porque estaba tomando una siesta pero totalmente consciente, los devas guardianes se presentaban ante mí con comida deliciosa, hermosamente preparada, y con sus manos astrales me daban cucharadas en mi boca, y yo realmente podía olerla y gustarla. Cuando la comida astral concluye, yo no siento más hambre físicamente. Durante la cúspide de la crisis de la guerra civil en Sri-Lanka, cuando miles de mis devotos allí eran matados día tras día, muchas veces durante el día yo dormía siestas deliberadamente. Me encontraba entonces con aquellos que habían sido muertos y los

bendecía uno a uno, a medida que se presentaban ante mí. Yo estaba totalmente consciente cuando mi mano astral le daba la bendición, la marca de vibhuti, la ceniza sagrada de Siva, en sus frentes. Luego ellos continuaban hacia el Sivaloka. Esta clase de experiencia física-astral es definitivamente distinta de un sueño, y no es tampoco una visión superconsciente. Es un acontecimiento humano intenso, real, que involucra este mundo y su doble astral coexistiendo en actividad de comunicación. A diferencia de los sueños, que se olvidan rápidamente, estas experiencias física-astrales, al igual que las visiones superconscientes, dejan una marca indeleble en el cerebro físico y son más vívidas meses e incluso años después de haber sido experimentadas.

Durante tres o cuatro años en los finales de la década de los cincuenta, estudié la experiencia de muerte y su acoplamiento astral con la realidad aparente. El mundo de los sueños fue explorado, y dentro de este, el acoplamiento astral con la conciencia del estado de vigilia. Descubrimos que existen miles de amantes astrales que visitan regularmente a mujeres para satisfacer sus deseos sexuales. Estas mujeres son solteras, ya sea que no se han casado aún, o divorciadas, o casadas pero que sus maridos son incapaces de satisfacerlas. También se descubrió que debido a este fenómeno psíquico, las mujeres que han tenido matrimonios infelices se ven más atraídas al espiritualismo (como era denominado en ese tiempo) que los hombres. Estos amantes astrales varones son denominados gandharvas en los Vedas, y sus homólogos femeninos son denominadas las apsaras. Estas son definitivamente experiencias, experiencias de acoplamiento plano físico – plano astral, tan reales como los acontecimientos durante el estado diario de vigilia.

Miércoles : Interpretando Nuestros Sueños

Durante el comienzo de la década del 80, inmediatamente previo a la guerra civil de Sri-Lanka, fui invitado por el gobierno a viajar a través del país y a visitar a todos aquellos vinculados a nuestro Siva Yogaswami parampara durante el siglo pasado. Hubo desfiles masivos por millas y millas en los pueblos por los que pasamos, grandes recepciones, paseos en grandiosos carruajes y centenares de guirnaldas de aquellos que estaban vivos para el evento. Durante esos tiempos, sabiendo que la guerra era inminente, prediqué que los devotos de Siva no temieran la muerte, que es simplemente un pasaje a otra vida. Más tarde, durante la cúspide de la guerra, cuando mis devotos estaban experimentando la transición y la matanza y la tortura, me fue difícil comprender cómo personas tan elevadas en conciencia y cultura podían ir tan bajo. Durante muchos, muchos estados conscientes astrales, visité los chakras bajos, protegido por ayudantes devónicos y sin ser visto por aquellos que se hallaban dentro de ellos, y descubrí por mí mismo estas regiones, antes de siquiera leer acerca de ellas. Ya que nunca había leído un libro de principio a fin en mi vida, y habiendo sido entrenado desde temprana edad, dieciséis o diecisiete, a tener la experiencia primero ya que luego, de una forma u otra ella sería verificada más tarde por las escrituras, este era mi camino. Se me había dicho que conocer lo que estaba por venir en el patrón de experiencias del desarrollo espiritual sería poner en la mente subconsciente la experiencia y las memorias de ello, lo cual no sería para nada experiencia. Me fue dicho que esto puede crear una arrogancia espiritual que puede desviar a uno del sendero de la Realización del Ser. Yo tuve mucho cuidado en cumplir con esto, comprendiendo completamente la sabiduría del consejo. Fue asombroso para mi verificar en escrituras ocultas, que los chakras o talas por debajo del muladhara eran cada uno exactamente como cuando los visité, guiado por los poderosos devas que tienen el poder de ir a cualquier lugar dentro de la mente. La vida me ha enseñado que el conocimiento es mejor cuando es experimental, y no cuando es aprendido intelectualmente y luego recordado. Me he esforzado en imprimir esto en mis devotos durante las cinco últimas décadas.

Los Hindúes dicen que existen clases de sueños evocados por las necesidades del individuo, y que existe otra clase que es enviada por los Dioses. Yo mismo me he aparecido en los sueños de gente que nunca me ha visto, que nunca han visto mi imagen o que ni siquiera sabían de mi existencia. Los Dioses se comunican por imágenes. Por lo tanto, algunas clases de sueños tienen significado si han sido enviados por los Dioses. Signos, símbolos y lenguaje corporal tienen un gran significado para la gente asiática. Por ejemplo, cruzar tus brazos a la altura del pecho en el Occidente es para descansarlos; en el Oriente es un signo de desdén. Los sueños de los Dioses les llegan a las personas muy religiosas que viven una vida disciplinada de sadhana, levantándose a las cuatro de la mañana, y viviendo un

Dharma Hindú de la mejor forma que les sea posible para comprenderlo. Ellos han atraído la atención de los Dioses porque han penetrado en los dominios de los Dioses. Si ellos los defraudan, no tendrán más esa clase de visitas.

La edad de vida promedio en los Estados Unidos es alrededor de ochenta años. El tiempo promedio que una persona duerme es alrededor de un tercio de su vida. Por lo tanto soñamos alrededor de veintisiete años de nuestra vida. Suponemos que los sueños tienen lugar solamente cuando el cuerpo físico está dormido. Y entonces los pensamientos improductivos, el soñar despierto, el pensar en temores infundados, los estados incontrolados de la mente en vigilia, las discusiones mentales, los temores mentales, los pensamientos combativos incontrolados, la fantasías – sexuales, violentas, dulces, amorosas, preocupantes, quejumbrosas u horripilantes, qué son?

Si alguien confesara sus sueños de la noche, también debería confesar sus sueños del día. Las antiguas escrituras dicen que los sueños son como pensamientos de vigilia en este sentido: si soñamos y olvidamos el sueño, es como si el sueño nunca hubiera sucedido. Si tú tienes un pensamiento durante el día y te olvidas del pensamiento, es como si el pensamiento nunca hubiera sucedido. Es cuando recordamos y vocalizamos nuestro sueño, o recordamos y expresamos nuestro pensamiento, que éstos son realidad en este plano.

Jueves : Protegiendo tu Naturaleza Emocional

Algunos sueños vienen de la naturaleza de la persona, vata, pitta, kapha, y otros vienen de la naturaleza emocional, algunos de temores subconscientes, y otros simplemente de revivir experiencias de la vida diaria. Pero algunos sueños son traídos por los Dioses. Podríamos a estos no denominarlos sueños de acuerdo a como definimos esta palabra. Y existen sueños proféticos. Los sueños proféticos vienen de la mente superconsciente, más allá del subconsciente. Es un estado mental que ve en el futuro y en el pasado simultáneamente, es capaz de leer lo grabado en el akasa. Durante períodos intensos de la vida de uno que se manifestarán en el futuro, ya sean buenos, malos o una mezcla de éstos, es éste estado mental en toda alma humana, el que es rozado, o que por propia voluntad infiltra esta sabiduría de eventos por venir en el cerebro físico a través de lo que se llama un sueño profético. No existe ningún misterio en esto. Las almas sinceras deben ser advertidas de peligros inminentes o buena fortuna que podrían alterar su cotidiano estilo de vida mundano. Ser advertido de antemano ayuda a estar preparado. Al igual que las visiones de los Dioses y las interfaces físicas-astrales, los sueños proféticos, que son más semejantes a visiones, son recordados y no pueden ser olvidados. Son recordados día tras día más vívidamente que cuando tuvieron lugar. Estemos advertidos de que nuestra propia superconciencia, nuestro tercer ojo, nuestra durdarsana nuestra visión profética, puede advertirnos de eventos.

Si tú sueñas que estás muriendo, en la forma de pensar Hindú significa que vas a vivir. Pero si sueñas que tus dientes se están cayendo, vas a morir. Y debemos saber que esto ha sido ensayado y probado y validado a lo largo de miles de años de experiencia. Yo, siendo un kapha dosha, sueño con agua. Cuando el agua está calma, sé que no va a haber perturbaciones mentales en el futuro previsible. Pero cuando existen briosas olas oceánicas, sé que en el lapso de 72 horas, tres días, habrá una perturbación mental con una agresión de fuerza mental. Esto le ha sido probado a mi mente consciente externa una y otra vez. Los textos antiguos hablan de sueños típicos de inundaciones gigantes que consumen al mundo. El sueño del cual más se habla en la tradición de la India es el de volar.

Si tú recuerdas un sueño después de un mes, no es un sueño ordinario. Tiene un significado. Por lo tanto, si eres propenso a ir a un analista de sueños, y quieres obtener el conocimiento correcto desde su percepción, preséntale un acoplamiento astral-físico, un sueño o una visión, que hayas tenido hace más de treinta días y que aún es importante para ti y que es una parte de tu vida. Este es el mejor consejo que podemos dar para evaluación honesta. Este es un muy buen consejo de un satguru.

Los sueños más proféticos vienen en horas tempranas, inmediatamente antes del amanecer. Los sueños del tipo más "limpiadores-subconscientes" vienen a horas anteriores a estas. Pero por mi propia experiencia, los sueños realmente impresionantes vienen inmediatamente antes de despertarse, a las tres o cuatro de la mañana. Esto es siempre un par de horas antes del amanecer. A las once o doce de la noche? No! Estas son el tipo de horas de brujas, horas de la subconciencia, y los sueños experimentados entonces simplemente se desvanecen.

Cuando te despiertas durante la noche, debes aplicar disciplina a menos que quieras darte vuelta en la cama en un estado semiconsciente y retornar al mundo de los sueños volviendo a un área subconsciente o astral baja – que puede ser negativa, puede ser positiva, pero no se sabe. Para evitar esto, debes despertarte completamente. La práctica ideal es sentarse cuando te despiertas durante la noche. Siéntate y escucha por uno o dos minutos al nada-nadi sakti o ve si puedes a la luz dentro de tu cabeza. Luego, si lo deseas, conscientemente acuéstate y vuélvete a dormir, exactamente como lo hiciste previamente.

Si tienes dificultad en volverte a dormir, puedes asumir que has tenido suficiente descanso para tu cuerpo físico. En tal caso, no te fuerces a volverte a dormir, esperando que el despertador suene, lo cual es un tipo de indulgencia. En ves de eso, levántate. Con esto quiero decir, sal completamente de la cama, vístete y haz algo útil. Si simplemente te das vuelta en la cama y entras en el mundo de los sueños semiconscientes, puedes entrar en áreas subconscientes, en el Pretaloka, e incluso sufrir ataques astrales por parte de entidades astrales, e incluso en los talas por debajo del muladhara. Esto drena a las energías física y astral de su vida y vigor. Durante mi entrenamiento inicial, ambas opciones fueron estudiadas, de modo que conocimiento a través de experiencia real es evidente. Sigue la fórmula: "despiértate, levántate." Uno de los sadhanas que practiqué en Sri-Lanka hacia final de la década de los 40 fue dormir por únicamente dos horas, despertando con la ayuda de un despertador, sentarme en la posición de flor de loto y meditar por tanto tiempo como fuera posible, ajustar la alarma en dos horas más tarde y repetir esto hasta inmediatamente antes del amanecer.

Cuando las personas comienzan a meditar y se hallan en el camino espiritual, trabajando consigo mismas – y esto significa que ellas logran establecer un comportamiento diferente, logran creencias diferentes, y logran acciones y actitudes diarias diferentes – la vida de los sueños reflejará también estos resultados. Para ellos, los karmas de los sueños pueden ser resueltos. Karma es generalmente calificado como una fuerza que es enviada hacia fuera por nosotros y que regresa a nosotros a través de otras personas. Casi siempre, el karma se relaciona con el estado de vigilia. Nosotros tenemos experiencias en los mundos internos, mientras el cuerpo físico está

dormido, fuerzas van hacia fuera por nuestros pensamientos, sentimientos y por lo que decimos y pensamos, y estos son obviamente karmas del sueño, karmas reales que eventualmente se manifestarán en el plano físico a menos que sean re-experimentados y resueltos en el mismo mundo de los sueños. La razón por la cual los karmas del sueño pueden ser resueltos por aquellos que se hallan llevando a cabo sadhana y haciendo cambios reales en sus vidas, es porque ellos han llevado a cabo un cierto control del alma sobre su mente, su cuerpo físico y sus emociones, y esto se transporta naturalmente a la realidad del sueño.

Viernes : Trabajando con el Estado de Sueño

Realmente deberíamos tener otra palabra para denominar esta realidad de los sueños, ya que la palabra sueño ha tomado la connotación de algo que solo existe en la imaginación de uno. La clase de sueños – en la que una persona se halla en su cuerpo astral y puede sentir lo que toca, emocionarse con lo que experimenta, pensar y hablar – no son lo que conocemos como el estado de sueño. Esta es una experiencia astral, similar a la experiencia de la muerte, pero el cuerpo astral está aún ligado al cuerpo físico. Los sueños y la muerte son hermanos, con la excepción de que el cordón de plata no ha sido roto, el cual es el cordón psíquico de energía actinódica, o el cordón umbilical entre el cuerpo astral y su doble físico, o del cuerpo físico y de su doble astral. Por lo tanto, cuando uno comienza la práctica regular de sadhana, meditación, mantras, a corregir esquemas de comportamiento en la vida diaria, el cuerpo astral es capaz de desconectarse del cuerpo físico, y se experimenta una realidad astral, que no es un sueño cuando se la recuerda, en el sentido en que los sueños son generalmente denotados.

Los conceptos en el idioma inglés de sueños – tales como “cuando me despierto,” “cuando soñaba” o “ intenté recordar mi sueño” – establecieron el patrón para la psicología de los sueños en el contexto Occidental. Podríamos decir, “Me di cuenta que estaba activamente consciente cuando volví a entrar en mi cuerpo físico e intenté grabar en mi cerebro físico el trabajo creativo, la actividad, los pensamientos, los sentimientos y las experiencias que sucedieron a lo largo de la noche.” Esto estaría afirmando veinticuatro horas de conciencia, en las cuales, el cuerpo físico en su realidad aparente, juega una muy pequeña parte.

Debido a que ellos son experimentados, debido a que ellos afectan nuestra vida de vigilia y debido a que muchos de ellos son portentos del futuro: estas son la razones que Adi Sankara me dio al decir que los sueños son reales en muchos sentidos. En el Occidente se piensa que los sueños son más o menos irreales. En el Oriente se piensa que son ambos: reales e irreales. La palabra en Sánscrito para sueño es svapna, se relaciona etimológicamente con la palabra griega hypnos e incluye el contenido del sueño y las formas o procesos del soñar. Es uno de los cuatro avasthas, o estados de conciencia, dados en los Upanishads: jagrat, el estado de vigilia; svapna, el estado de dormir o soñar; sushupti, sueño profundo; y turiya, el cuarto estado, también denominado samadhi

Hemos mencionado anteriormente la conciencia de veinticuatro horas de la mente y cómo aún en el estado de vigilia una mente no controlada se halla soñando y fantaseando, y hemos señalado que es únicamente el cuerpo físico el que experimenta el fenómeno de dormir. El cuerpo astral no tiene que hacerlo. Puede mantenerse despierto y activo veinticuatro horas por día, ya que está siempre

funcionando dentro del cuerpo físico también durante las horas de vigilia del cuerpo físico. En realidad vivimos en nuestro cuerpo astral veinticuatro horas por día. Ese es el verdadero hogar del alma, de las emociones, de los karmas simiente. Cuando el cuerpo astral es suficientemente afortunado de tener un cuerpo físico, lo usa al menos la mitad del día cada día, cuando ese cuerpo no se encuentra durmiendo.

En sadhana se tratan dimensiones de conciencia más y más sutiles. A la larga, quizás, uno hasta puede comenzar a trabajar con los sueños en forma sutil. La idea Hindú de que uno no debe robar ni herir ni siquiera en sueños parecería reforzar esta sutileza. Un sueño que puede no significar nada para una persona común, por ejemplo un incidente de robo, puede ser tomado como importante para un adepto. A menudo la gente religiosa suprime sus sentimientos naturales de modo de vivir a la altura de los conceptos religiosos de virtud y ética que no han elaborado en forma natural y obtenido limpiando sus esquemas de comportamiento pasado a través de sadhana diario, de auto-cuestionarse y de cambiar las creencias a través de terapia de creencia. Esto significa erradicar totalmente una creencia y reemplazarla con una nueva que se halla más en línea con los principios religiosos que han decidido moldear en sus vidas, que con los anteriores. Debido a esta supresión, la expresión de los deseos se libera y se experimenta durante los sueños. Muchas personas que han conseguido efectuar esta represión muy bien, tienen sueños repetitivos. En estos casos, el guru tomará nota de los sueños que están teniendo lugar para ver si son realmente deseos suprimidos, sentimientos y emociones que deben ser habladas a la luz del día y cambiadas, principalmente si son recurrentes. La recurrencia de la misma o de una similar experiencia de sueño indica que cierto trabajo interno es necesario en el individuo, que se ha impuesto un estándar muy elevado en su estado de vigilia y no está llevando a cabo suficiente sadhana y tapas para mantener ese estándar. Por consiguiente, el afloje tiene lugar cuando nadie está observando. Durante los sueños la persona puede hacer lo que realmente quiere.

La clave aquí para el devoto es no acarrear el sueño a la vida diaria y comenzar a hacer en el mundo físico lo que hizo en el sueño. Esto traería más karmas y complicaría la situación, haría que se dejara de efectuar los sadhanas y abriría la puerta a quizás otros interminables karmas o a un cambio completo, cambio de personalidad. El remedio es, en lo posible bajo la guía de un guru, llevar a cabo ciertos sadhanas, tapas, penitencia, auto-cuestionamiento, e incluso una penitencia por tener ese sueño, a la vez que recordando los elevados estados de virtud y buena conducta que se deben mantener durante el ciclo del dormir. Esto explica el punto de vista Hindú de que uno no debe robar ni siquiera en sueños, ni cometer adulterio ni lastimar a nadie o actuar de manera alguna en contra del dharma, o de las yamas y niyamas.

Sábado : La Continuidad de la Conciencia

En India existe el concepto de que los sueños afectan no sólo al que los sueña, sino también a aquellos a su alrededor. Esto es parcialmente debido a que el concepto del ser está relacionado con todo lo demás: familia, comunidad, pueblo, cosmos. Por lo tanto, un sueño del guru afectará a todos sus monjes. Los sueños que sueñe el guru, se volverán enseñanzas del guru a sus sishyas. Pero debido a que los sishyas se hallan sintonizados con su mente interna, el conocimiento les será impartido al mismo tiempo que los sueños tienen lugar. Por lo tanto ellos captarán muy rápidamente las enseñanzas que se desarrollaron a través de los sueños.

De manera similar, las familias, los amigos, las personas queridas y las relaciones están todas conectadas. Estar conectado con un guru no te desconectará de tu familia, sino sólo de aquellos miembros de la familia que no se hallan conectados con el mismo guru. Ellos se encontrarán de repente, afuera de la familia, mirando hacia adentro, porque ellos no estarán en el fenómeno escuela del plano interior, astral y de sueños que proporciona el estar conectado a un guru. Cuando familias enteras están en el mismo sampradaya y mantienen lealtad al mismo parampara, todo funciona bien en la continuidad de conciencia a través de los ciclos de vida completos.

No existe razón para pensar que los sueños son individualmente secretos en las vibraciones que crean y que no afectan las mentes internas de aquellos con los que la persona está conectada. Pero, una vez más, esto se refiere a personas que están llevando a cabo disciplinas espirituales regulares y que se hallan rozando fuentes interiores y a través de estas fuentes interiores están rozando las dimensiones más elevadas de la mente y esforzándose por una conciencia más elevada.

La primer cosa que un guru haría, o que tú puedes hacer, si alguien te cuenta acerca de sus sueños, es discernir si esa persona es una persona indisciplinada. Si es así, el sueño obviamente reflejará su naturaleza indisciplinada. Si la persona ha sido disciplinada en el pasado y ahora se halla durmiendo en los laureles de sus logros y ha aflojado en sus disciplinas, o si la persona se halla en la actualidad haciendo yoga a un determinado horario cada día, esta información se manifestará en la calidad del sueño.

En la India, los sueños también son entendidos como buenos o malos presagios. El Atharva Veda en el apéndice sesenta y ocho se refiere a los simbolismos de los sueños. Tradicional buen presagio es el soñar que te han matado, que tu casa se ha incendiado. Los analizadores de sueños de la India, en realidad interpretan estos sueños como positivos. Soñar que tus dientes se están cayendo es malo. Estar cubierto con aceite es malo. Soñar con una mujer vestida con un sari verde o rojo es malo, a pesar de que soñar con una mujer en general

es considerado auspicioso. Si sueñas que alguien te dio un paraguas y que estás cabalgando en un camello, es bueno. Es únicamente ignorancia – que es la habilidad de ignorar – el pasar sobre una entera área temática de conocimiento con un comentario o razonamiento superficial. Estas antiguas tradiciones que han soportado las pruebas del tiempo son obviamente una investigación sistemática de muchas personas eruditas de lo que miles de hombres y mujeres han experimentado después de haber tenido sueños de estas clases y por lo tanto formularon estas postulaciones. El racionalista de Occidente las descartará simplemente como supersticiones.

La palabra superstición viene del latín supersticio que significa originariamente ".....” El diccionario Webster define superstición como “cualquier creencia o actitud basada en temor o ignorancia inconsistente con las leyes conocidas de la ciencia o aquello que es generalmente considerado en una sociedad particular como verdadero y racional, como ser especialmente la creencia en encantos, presagios, lo supernatural, etc.” Estas simples palabras son muy importantes porque tienen el poder de bloquear a la conciencia humana de una vasta cantidad de conocimiento místico. El Hindú ve al tiempo no desde la perspectiva de un día de veinticuatro horas, sino como un ciclo de vidas, de muchas vidas, y desde la creación del alma hasta su eventual realización de unirse en Siva. El occidental ve al tiempo como una línea recta. Tiene un comienzo; tiene un final. La línea comienza con el nacimiento y termina en la muerte. Por consiguiente, una línea de conciencia así de corta, no puede perder tiempo en superstición, imaginación. Mientras que el Hindú cree que el conocimiento adquirido en una vida debe ser llevado a la próxima, y a la siguiente y a la siguiente. Es una maduración que siempre se construye, que siempre crece, no sólo del alma sino de los muchos cuerpos que ella habita.

El tema con el que estamos trabajando es la continuidad de la conciencia de nacimiento a muerte, pero aún más, desde la creación del alma hasta su unión final con su creador, luego de haber madurado en la imagen y semejanza de su creador y en la conciencia de experiencia , veinticuatro horas al día, como creando karmas.

Domingo : Sueños Compartidos; Oscuridad Interior

Es la creencia en la única vida lo que crea la distinción entre el estado de vigilia y el estado del dormir. Es un concepto enormemente errado el que la realidad objetiva es real y la realidad subjetiva es fantasía, irrealidad. Por el contrario, la realidad subjetiva es real y la realidad objetiva es menos real, desde el punto de vista Hindú. La realidad es dada a ambos dominios el subjetivo y el objetivo a través de los samskaras previos grabados dentro del alma, y cuando estos son manifestados y sanados, esas realidades subjetiva y objetiva se desvanecen. Es debido a estos samskaras que la gente no se une con Siva como Siva, la razón por la cual el jiva no se vuelve Siva inmediatamente. Las experiencias que se han tenido, y los karmas creados en un nacimiento físico, requerirán un nacimiento físico para sanarlos.

Uno de los temas importantes en el pensamiento Hindú de los sueños es aquél de los sueños compartidos. Esto significa dos personas que tienen el mismo sueño y que lo confirman luego al hablar sobre ello, dos personas comunicándose en un sueño que se refleja luego en la realidad, o dos personas entrando juntas a un sueño. Los gurus del Tibet y sus discípulos sueñan el mismo sueño conscientemente, siendo de tal unidad mental, con el propósito de crear algo en el plano físico, y si ellos juntan sus mentes de esta manera, serán capaces, de acuerdo a nuestra tradición, de crear algo que nunca existió anteriormente.

Dos personas compartiendo el mismo sueño y comunicándose en el sueño es definitivamente una experiencia en el plano astral. Una enseñanza sistemática del Nandinatha Sampradaya es que las personas se esfuercen en tener un mismo sueño, tal como entrar a escuelas del plano interno, donde todo el mundo aprende de grandes adeptos Natha. Que personas tengan el mismo sueño y luego hablen al respecto y digan “Si, tuve un sueño como ese al mismo tiempo” puede ser un mensaje profético de los Dioses y los devas, una forma de canalización. Las almas inteligentes que viven en los mundos internos que quieren comunicar algo a aquellos en el mundo exterior, y que no pueden comunicarlo directamente a través de un psíquico, tratan de comunicarlo a través de sueños y a través de numerosas personas. Estos son en general sueños muy proféticos. Sueños de este tipo no deben ser tomados con excesiva seriedad si sólo dos personas los han tenido, ya que una puede simplemente estar aceptando que lo ha tenido, para conseguir favores o para comprometerse. Si dos personas han tenido el mismo sueño, deben buscar a una tercer persona que haya tenido el mismo sueño. Esta es una medida protectora que hay que tomar. Los seres del plano interno proyectarán la misma imagen y conocimiento a través de cinco, diez, quince individuos, o sea que siempre habrá una tercera persona, o una cuarta o una quinta. Es entonces, que esta clase de sueños proféticos pueden ser tomados seriamente. No es necesario

que cunda el pánico con esta clase de sueños proyectados, ya que son proyectados por los grandes videntes de este planeta, con mucha anterioridad a que nada presagiado suceda, para dar a los habitantes una oportunidad de comprender y ajustarse a la situación. No son dados en el contexto de algo por suceder en dos o tres días o en una semana o dos.

La iluminación proporciona comprensión experimental de todos los estados de la mente, desde la nada que es la completitud de la totalidad y la completitud que es el vacío de la nada, hacia el sonido, color, combinaciones de color y sonido, que es la forma. Las formas que interrelacionan con formas crean samskaras. Las formas de los samskaras recordados separan y categorizar las formas, y "viola", la vida humana se crea. La iluminación significa ver la imagen completa simultáneamente, porque cuando la luz se enciende, todo lo que está en la habitación se hace visible. Cuando la luz se enciende en la mente, todo lo que está en la mente se hace visible. No hay misterios, no hay áreas oscuras, no hay áreas grises. A diferencia de encender la luz en la habitación, que inmediatamente produce sombras, la iluminación ilumina todo en la mente, desde adentro hacia fuera. No hay sombras, no hay misterios. Así es, los sueños no son un misterio para el iluminado, y tampoco son vistos diferentes al estado de vigilia. Existe una sola realidad en forma, que es la pura conciencia que está consciente de la forma, y esta realidad es la que se manifiesta a si misma como sin forma, intemporal y sin espacio.

Una persona iluminada no sueña distinto a lo que vive, pero simplemente ve a sus sueños y a su vida de vigilia en forma diferente. Una persona no iluminada tiene definitivamente una oscuridad, muchas áreas grises en su lucha por la iluminación. Y si no está luchando por la iluminación, la negrura interior es su realidad. Un destello de luz ocasional, que puede venir como una idea inesperada y brillante, es como una palabra de la Divinidad, considerada una palabra de la Divinidad. El no iluminado está cegado por sus propias buenas acciones, acciones mezcladas y malas acciones del pasado, avasallado por la oscuridad y mantenido allí por su letargo y su inhabilidad de intentar un yoga, una unión, con la Divinidad. Así como una única hoja de un árbol puede proteger tus ojos del impacto de la brillante luz del sol cuando la sostienes entre el sol y tú, así una única creencia – y las religiosas se aferran muy religiosamente- mantiene al creyente en las áreas oscuras de la mente.